Ingrid Ramm-Bonwitt

MUDRĀS

As mãos como símbolo do Cosmos

Pensamento

Outras obras de interesse:

O BUDISMO ESOTÉRICO
A. P. Sinnett

A IOGA TIBETANA E AS DOUTRINAS SECRETAS
W. Y. Evans-Wentz

O BUDISMO E O CAMINHO DA VIDA
Christmas Humphreys

BUDISMO: PSICOLOGIA DO AUTOCONHECIMENTO
G. Silva e R. Homenko

INTRODUÇÃO AO ZEN-BUDISMO
D. T. Suzuki

MANTRAS – Palavras Sagradas de Poder
John Blofeld

O PODER DO PENSAMENTO PELA IOGA
Swami Sivananda

IOGA PARA A MENTE
Yogue William Zorn

COMO TORNAR-SE YOGUE
Swami Abhedananda

HATHA YOGA E O COMPORTAMENTO NA VIDA
Gregório J. P. de Queiróz

KARMA YOGA
Swami Vivekananda

A LUZ DA IOGA
B. K. S. Iyengar

MANUAL DE IOGA
George Feuerstein

INGRID RAMM-BONWITT

MUDRĀS

As mãos como símbolo do Cosmos

Tradução
DANTE PIGNATARI

EDITORA PENSAMENTO
São Paulo

Título do original:
Mudras – Geheimsprache der Yogis

Copyright © 1987 by Verlag Hermann Bauer
KG, Freiburg im Breisgau.

Mandala do diamante (Vajra-Dhatu)

Edição	Ano
1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12	91-92-93-94-95-96-97

Direitos de tradução para a língua portuguesa
adquiridos com exclusividade pela
EDITORA PENSAMENTO LTDA.
Rua Dr. Mário Vicente, 374 – 04270 – São Paulo, SP – Fone: 272 1399
que se reserva a propriedade literária desta tradução.

Impresso em nossas oficinas gráficas.

SUMÁRIO

Introdução 7

Capítulo 1
As mudrās na dança indiana 11
A dança indiana.. 11
A dança, uma dádiva dos deuses 18
Os gestos na dança..................................... 30

Capítulo 2
As Mudrās na iconografia hindu 89

Capítulo 3
Os símbolos das mãos de Buda 107
A vida de Buda entre a realidade e a lenda............. 108
As principais correntes do budismo..................... 115
Os seis gestos de Buda................................. 118
As mudrās dos budas anteriores ao Buda................. 142

Capítulo 4
Mudrās e rituais no tantrismo 145
Shivaísmo e shaktismo.................................. 145
A linguagem gestual secreta nos rituais tântricos...... 147
O budismo tântrico..................................... 150
A doutrina dos três segredos........................... 157
Divindades tântricas e suas mudrās 158
O culto Tara e suas mudrās............................. 185

Capítulo 5
Mudrās do Hatha-Yoga 199
As raízes do Hatha-Yoga no tantrismo 199
A execução das mudrās.................................. 205
O poder curativo do gesto.............................. 223

Capítulo 6
As mudrās no budismo japonês 231
O budismo no Japão 231
As mãos como símbolo do cosmos 234
As mudrās do Buda Amida 243
Os gestos secretos do ritual 248

Capítulo 7
A linguagem gestual do Ocidente 257
O gesto da oração 258
A mão erguida 259
O gesto de Jesus falando ou o gesto do Logos 260
A linguagem gestual da dança no Oriente e no Ocidente 262

Observações finais 265

Notas 269

Bibliografia 272

INTRODUÇÃO

Mudrā, uma palavra com muitos significados, é caracterizada como gesto, posicionamento místico das mãos, como selo ou também como símbolo. Estas posturas simbólicas dos dedos ou do corpo podem representar plasticamente determinados estados ou processos da consciência. Mas as posturas determinadas podem também, ao contrário, levar aos estados de consciência que simbolizam.

Parece que as mudrās se originaram na dança indiana, que é considerada expressão da mais elevada religiosidade. A dança, uma dádiva do deus Brahma, é, segundo os hindus, uma forma de canto com o corpo. Graças ao fundo poético e musical o dançarino consegue concentrar-se inteiramente em seu corpo, mãos, pés e olhos. A dança indiana revela-nos uma espécie de metafísica do gesto, uma linguagem do corpo na qual pensamentos e sentimentos são expressos simbolicamente.

O movimento de todo o corpo, a postura da cabeça e do tronco, a posição dos braços e a modulação das mãos assumem o lugar da palavra. Alegria, triunfo, solicitação de amor, saudade, resignação, ira, medo, e assim por diante, ganham expressão através de gestos estabelecidos (mudrās) precisos. A dança indiana é vista como manifestação física do ritmo cósmico. Shiva Nataraja, o rei da dança, é o deus do ritmo. Sua dança personifica não apenas sua grandeza divina, mas também o eterno movimento do universo.

O significado espiritual das mudrās encontra sua expressão perfeita na arte indiana. Os gestos das divindades representados na arte hinduísta e budista e os atributos que os acompanham simbolizam suas funções ou aludem a determinados acontecimentos mitológicos.

Graças a várias tendências e peculiaridades regionais, a arte indiana, especialmente a escultura, viveu uma fase de pronunciada riqueza formal do século II até o início do século IV. Há muitas obras dessa época que se inspiraram tanto no hinduísmo como no budismo. Graças à sua rica iconografia e ao grande número de obras preservadas, a arte budista, nessa época, encontra-se em primeiro plano.

Das representações plásticas do Gautama Buda são conhecidas seis mudrās que estão em estreita relação com sua vida e ensinamentos. As duas correntes do budismo, Hinayana (o "pequeno veículo") e Mahayana (o "grande veículo"), encaram as representações do Buda como um meio para promover a interiorização e criar uma profunda atmosfera de crença.

As mudrās estão também intimamente ligadas aos rituais do tantrismo. No ritual tântrico, que consiste em mudrās, mantras (sílabas sagradas) e visualizações, o crente corteja amorosamente a divindade adorada com o objetivo de realizá-la em si mesmo.

O tantrismo tornou-se um fenômeno pan-indiano no século VIII a.C. e influenciou fortemente muitos setores da vida indiana, sobretudo a arte.

Os primeiros fundamentos literários do tantrismo hinduísta encontram-se nos tantras Shiva do shivaísmo Pashupata, que foi cunhado pelos ensinamentos filosóficos da filosofia Samkhia. Nestes primeiros tantras do período que vai do século VII ao IX, encontram-se textos sagrados, ritos para a adoração de Shiva, bem como técnicas de ioga.

O budismo também passou por um grande movimento tântrico, cujo significado ultrapassaria de muito as fronteiras da Índia e que permanece vivo até hoje no budismo tibetano e na seita shingon do Japão. Para a corrente tântrica do budismo foi cunhado o conceito "budismo esotérico", pois todos os ensinamentos ligados aos tantras e seus conhecimentos secretos foram revestidos pela linguagem, simbolismo e iconografia esotéricos. O tantrismo budista desenvolveu-se a partir do século IV aproximadamente, e atingiu seu esplendor cultural e espiritual na Índia entre os séculos VI e XII. Os recursos mais importantes do tantrismo budista para o progresso no caminho espiritual são a recitação dos mantras, a iniciação nas mandalas secretas, as técnicas iogues de visualização e concentração e a utilização das mudrās, os gestos manuais simbólicos. Conhecemos alguns dos gestos mais importantes através das estátuas do Buda e do Bodhisattva. Nas mudrās tântricas, trata-se da imitação dos gestos do Buda, com cujo auxílio se gostaria de realizar em si a natureza do Buda.

No Hatha-Yoga, que contém elementos tipicamente tântricos, as mudrās são caracterizadas por posições da mão e dos dedos e também do corpo, sendo utilizadas para colocar-se num determinado estado de consciência. É sabido que o corpo expressa em seus gestos as emoções psíquicas tais como alegria, tristeza, ira e assim por diante. Entretanto, é menos conhecido que o contrário também é verdadeiro: os movimentos e posturas corporais exercem influência sobre a psique. Segundo o ponto de vista dos iogues, determinadas posturas corporais e gestos (mudrās) influenciam nossa psique e podem agir conscientemente sobre esta.

O fundador do Hatha-Yoga foi supostamente Gorakhnath, que provavelmente viveu no século XII. Ele é tido como o autor de um

tratado sobre o Hatha-Yoga, hoje perdido, que descreve um número de disciplinas e técnicas tradicionais por meio das quais pode-se conseguir o perfeito domínio do corpo. Os tratados de Hatha-Yoga tais como o Hathayoga-Pradipika do século XV, o Shiva-Samhita e o Gheranda-Samhita estão provavelmente baseados na literatura de Gorakhnath.

tratado sobre o Hatha-Yoga, hoje perdido, que descreve um sistema de disciplinas e técnicas tradicionais por meio das quais pode-se alcançar o perfeito domínio do corpo. Os tratados de Hatha Yoga tais como o Hathayoga Pradipika (do século XV), o Shiva-Samhita e o Gheranda-Samhita estão provavelmente baseados na literatura de Gorakhnath.

Capítulo 1

AS MUDRĀS NA DANÇA INDIANA

Os gestos místicos das mãos, as mudrās, desempenham um papel tão importante na dança indiana, que está intimamente ligada à religião, à poesia e ao drama, que o Natyashastra, a mais antiga bíblia da dança do mundo, dedica a eles todo um capítulo. Através da linguagem das mãos e da capacidade expressiva do rosto o dançarino indiano consegue dar expressão a todos os sentimentos. O rico simbolismo da linguagem gestual da dança somente pode ser compreendido através da evolução dos movimentos e do contexto significante. O conhecimento da mitologia indiana é a condição prévia básica para a compreensão da dança de expressão indiana.

Entre as danças indianas mais conhecidas está a Raslila, a dança de amor de Krishna com a menina pastora, que é entendida como uma analogia da relação entre a alma humana e Deus, e Tandava, a dança cósmica do deus Shiva, que simboliza a destruição do mundo da ilusão.

A dança de gestos, que nasceu da fusão das várias correntes culturais da India, sobrevive até hoje em centenas de aldeias e cidades indianas. No século VIII a.C. a nobre arte da dança de gestos chegou à Tailândia, ao Cambodja, à Indonésia e ao Japão. Em toda essa região cultural as danças de gestos, ainda que congeladas em sua forma, estão vivas até hoje.

A Dança Indiana

As danças indianas são mímicas em que os dançarinos se expressam através de posturas, movimentos do corpo e gestos. O dançarino mímico pode expressar em dois minutos aquilo que o teatro verbal diz em duas horas. Assim a mímica representa em poucos minutos a vida de uma pessoa, a juventude, a maturidade, a velhice e a morte. O simbolismo dos gestos é tão rico e também tão preciso quanto a arte da palavra. Na dança indiana, com suas tendências metafísicas, os gestos, sinais e posturas reunidos substituem a palavra. A linguagem corporal da dança indiana pode expressar áreas ocul-

tas da vida dos sentidos e estados insondáveis do pensamento que a linguagem verbal não é capaz de exprimir. Os símbolos da linguagem gestual, através do grande número de possibilidades de interpretação, têm maior significado para o espírito que os da palavra. Eles fascinam o espectador e constituem uma estimulação contínua para o espírito.

A dança indiana quer estimular o espectador a contemplar a vida prazerosamente, mas sem paixão. O meio pelo qual o dançarino provoca esse prazer são as Rasas, os sentimentos. Há oito rasas chamadas estáveis: o amor, a alegria, a raiva, a tristeza, o orgulho, o medo, a indignação e a admiração. Ao levar o espectador da rasa do medo à alegre, da erótica à triste, o dançarino desperta um número de estados de espírito que finalmente culmina na nona rasa, a prazerosa soma de todas as rasas. Ao lado das oito rasas estáveis, há nada menos que 33 aperfeiçoamentos e variações que vão do desânimo, da fraqueza e da inquietação até a serenidade, o sonho e a certeza. Cada uma dessas rasas pode emergir brevemente no decorrer de uma dança e, então, retornar ao segundo plano. Depois da representação de um drama em dança, o espectador deve ter uma sensação de paz e de equilíbrio.

A Dança como Portadora da Tradição Religiosa

A dança é tida na Índia como uma forma de arte altamente desenvolvida e não pode ser separada da religião e da filosofia. Trata-se de uma forma artística multidimensional, que une conhecimento metafísico, poesia, drama e mímica. O conhecimento dos épicos indianos Ramayana e Mahabharata, do Bhagavad-Gita, bem como da mitologia é a verdadeira condição prévia para a compreensão da dança indiana. Todos os temas principais da literatura poética e religiosa indiana encontram sua expressão na dança. Ela é uma dádiva dos deuses e um meio para se comunicar com eles. Na dança indiana, tudo assume uma dimensão religiosa. Até mesmo as danças eróticas têm um significado esotérico; assim o amor humano é uma analogia da relação entre a alma e Deus. A dança da alma com Deus é a tentativa do homem de atingir o divino:

> O movimento do corpo aqui é tão espiritualizado, cada nuança, ao se estender um dedo ou mover um braço, tornou-se de tal forma um movimento anímico e cada movimento da alma um passo para Deus, de Deus e em Deus que se torna necessário falar de uma harmonia perfeita. Por essa razão, qualquer pessoa que tenha visto uma vez a dança indiana imagina que aqui o movimento interno da ascensão mística da alma a Deus torna-se visível. O corpo transformou-se inteiramente num instrumento. Às vezes quase imóvel, mas sempre expressivo na mais alta medida; o corpo, até onde possa ser possível, está distante daquilo que o Ocidente chama de "sensual".[1]

1. Citado por Sequeira, Ronald A.: *Klassische indische Tanzkunst und christliche Verkündigung*, p. 38.

Na Índia, praticamente não se encontra uma dança popular que possa ser compreendida sem seu fundo religioso. A dança indiana foi e é até hoje parte componente de muitas ações sócio-religiosas. Do nascimento à morte, o homem é acompanhado pela dança. Em toda oportunidade festiva religiosa, ocorrem danças populares, que são executadas tanto no templo, o local da tradição e educação religiosas, como também fora dele.

De acordo com a tradição, a dança é transmitida do guru ao aluno, que só pode apresentar-se em público quando seu mestre o considera apto a fazê-lo. A presença do guru na primeira apresentação pública é imprescindível. Quando do início de sua formação, cada aluno executa uma cerimônia de honra ao mestre (Gurupuja). Ele lhe oferece uma roupa nova, um anel de ouro, flores ou outros presentes, e promete ser-lhe fiel e seguir obedientemente suas indicações. A partir desse momento, o mestre aceita o aluno e o inicia em sua arte.

As Origens da Dança Indiana

Escavações em Mohenjo-Daro e em Harappa produziram provas concludentes de que a dança já era praticada na Índia 5.000 anos atrás. A figura de bronze de uma menina dançando, que foi desenterrada no início deste século, aponta para a tradição pré-ariana da dança. Essa figura representa possivelmente uma predecessora das dançarinas do templo (Devadasis).

A maioria dos pesquisadores vê os primórdios da dança clássica indiana nas danças mímicas que tinham lugar nas festas dos deuses, sobretudo nas festas cultuais de Krishna e de Shiva. As danças de Krishna são um exemplo disso; nelas são representadas suas famosas travessuras infantis e suas relações amorosas com as pastoras. O deus Shiva também surgiu como dançarino mímico, como inventor da dança que queria libertar os homens através de sua arte. Shiva, a alta divindade dançarina dos indianos, reúne em si os dois aspectos aparentemente incompatíveis, o dionísico-extático e o apolíneo-contemplativo. Ele é o asceta e o dançarino primordial ao mesmo tempo.

Os indianos afirmam que a dança é de origem divina, um presente do deus Brahma entregue ao sábio Bharata, que com ela devia alegrar os homens. Quem foi realmente este Bharata não ficou esclarecido até hoje. Ele é tido como o autor do Natyashastra, o mais antigo e o único códice de dança em todo o mundo que até hoje serve de manual para os dançarinos indianos. Muitos pesquisadores ocuparam-se com sua datação. Uma análise de certas inscrições indica que essa Bíblia da dança já existia no século II d.C. O Natyashastra, no entanto, não é considerado apenas o código da dança, servindo também de manual para o drama, a música e a poesia. Por Natya entende-se toda a arte performática. Ao Natyashastra foi acrescen-

tado posteriormente um segundo texto, o Abhinayadarpana, que contém esclarecimentos sobre a linguagem gestual das mãos, as mudrās ou hastas. Os dois livros são considerados as principais fontes da linguagem da dança.

O Natyashastra colocou um ponto final num desenvolvimento que vinha ocorrendo havia vários séculos. A dança indiana surgiu de uma grandiosa fusão das correntes culturais ativas no subcontinente. A elevada arte da dança de gestos, que se perdeu no Ocidente, sobrevive ainda hoje por todas as partes da Índia.

A Classificação dos Movimentos

Para todas as circunstâncias da vida, a dança indiana dispõe de uma mímica variada e de um número de gestos determinados, fixados com precisão, que não requerem do público indiano o desgaste da tradução, já que são conhecidos dele desde a infância. As posições dos dedos, o mecânico rolar de olhos, o torcer dos lábios, todo o dosamento da atividade muscular com seus efeitos metodicamente calculados excluem qualquer tipo de improvisação. O espectador europeu, acostumado à liberdade cênica e à improvisação espontânea, fica muitas vezes chocado com essa espécie de arquitetura espiritual de gestos e mímica. A dança indiana é calculada com uma admirável precisão "matemática". Nada é deixado ao acaso ou à iniciativa pessoal.

Mas é claro que, embora regulada com uma minuciosidade desconcertante, ela é repleta de impressões e, com sua inesgotável provisão de gestos, deixa no espectador um sentimento de riqueza e fantasia.

Bharata descreve no Natyashastra as várias posições, possibilidades de expressão, movimentos e gestos manuais. São descritos treze movimentos apenas da cabeça, oito tipos de olhar, nove movimentos dos olhos, nove das pálpebras, sete das sobrancelhas, seis do nariz, dos pômulos, do lábio inferior, do queixo, da boca, quatro movimentos do rosto, nove do pescoço e 24 gestos manuais.

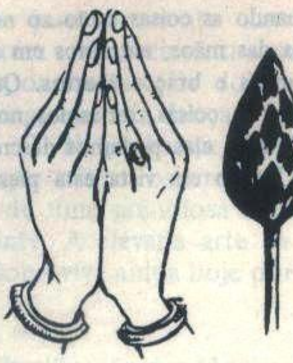
A Linguagem Gestual das Mãos

As mãos são as ferramentas mais sensíveis e os membros mais expressivos do ser humano, e um importante meio de comunicação.

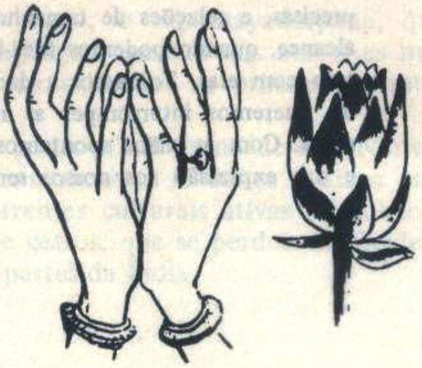
> As mãos são um dos mais importantes instrumentos de comunicação ativa entre nós e o mundo exterior. Nós percebemos algo com os olhos – isso nos dá uma imagem e construímos uma concepção aproximada. A visão em perspectiva permite-nos uma avaliação do tamanho e da distância. Mas é claro que somente conseguimos informações mais

precisas, e relações de tamanho reais, quando as coisas estão ao nosso alcance, quando podemos tocá-las. Através das mãos, entramos em contato com elas. Tomamos e damos com mãos e braços abertos. Quando queremos interromper as relações com as coisas, retiramos nossas mãos. Com as mãos apontamos para algo, com elas podemos descrever e dar expressão aos nossos sentimentos. Tendo em vista esta plenitu-

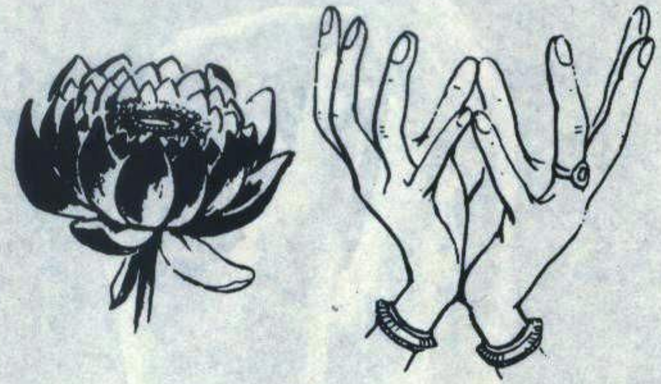
Auguste Rodin: A catedral



O botão de lótus



A flor de lôtus semi-aberta



A flor de lôtus desabrochada

O gesto do pavão

O gesto do pássaro mítico Garuda

O gesto do cervo

O gesto do peixe

O gesto da concha

de de funções e de possibilidades de compreensão de nossas mãos, fica claro que camisa-de-força representa para a pessoa uma educação que tem por objetivo um empobrecimento do movimento, uma conduta medida, uma postura discreta. Ela reprime a linguagem das mãos e, com isso, priva-a de um de seus meios mais importantes para apreender o mundo. Quem não pode se expressar com as mãos e com elas sentir os outros, está privado de um dos meios de entendimento mais importantes e restringe sua própria riqueza de sentimentos.[2]

Os movimentos das mãos, as mudrās ou hastas, desempenham um papel tão grande na dança indiana que Bharata dedicou a eles todo um capítulo no Natyashastra. Com suas mãos, o dançarino indiano pode dar expressão a todos os sentimentos, tais como alegrar-se, chorar, ameaçar, entristecer-se, ter medo, demonstrar aversão, confiança e assim por diante. O cerne da transmissão do sentido na arte do gesto está na capacidade de expressão do rosto, dos olhos e na linguagem gestual das mãos. O rosto representa os estados íntimos (Bhava), e as mãos tornam possível a transmissão de um sentido determinado. Através da atuação conjunta das mãos, dos olhos e do espírito chega-se a uma representação dos estados íntimos e, com isso, surgem as disposições básicas (rasas). Através da linguagem de seus olhos e mãos, a pessoa pode expressar seus pensamentos e sentimentos mais íntimos.

Numerosos gestos são imitações daquilo que o homem viu na natureza. Os fenômenos da natureza representam simbolicamente determinados sentimentos ou indicam determinados deuses. Assim, por exemplo, o caracol, o peixe e Garuda representam o deus Vishnu, enquanto o pavão representa o deus Karttikeya.

A Dança, uma Dádiva dos Deuses

Brahma

A tradição hindu afirma que a dança não foi criada pelos homens, e sim pelos deuses. Brahma, formador do universo e guardião do mundo, é considerado o fundador dessa arte. Ele é o deus da sabedoria, e os primeiros quatro Vedas teriam surgido de sua cabeça. Acredita-se que ele tenha nascido de uma flor de lótus que surgiu do umbigo de Vishnu. Sua característica mais marcante são suas quatro cabeças. Durante um longo período de tempo, ele teria inclusive possuído cinco cabeças. Uma lenda afirma que Brahma, após ter criado sua parceira e se apaixonado por ela, teria envergonhado tanto a tímida menina (Sarasvati) com seus olhares fogosos que ela ten-

2. Molcho, Samy: *Körpersprache*, p. 142.

Brahma, o deus da Criação (Khmer, séc. X)

tou fugir dele. Mas, para onde quer que ela fugisse, para a direita, para a esquerda, ou para trás, a cada vez Brahma desenvolvia uma nova cabeça. Quando a menina, finalmente, elevou-se até o céu, surgiu a quinta cabeça de Brahma. Brahma casou-se posteriormente com Sarasvati, e essa foi a origem da história da humanidade.

Em seus quatro braços, ele traz um cetro, uma colher, um colar de rosas, um cântaro com água e os quatro Vedas. Nos quatro Vedas sagrados já são descritas as artes da mímica e da dança. Brahma reuniu todo o conhecimento dos quatro Vedas e criou assim o quinto, o Natya-Veda. Do Rig-Veda ele tirou a linguagem; do Sama-Veda, a música; do Yajur-Veda, a mímica e o movimento do corpo; do Atharva-Veda, as emoções estéticas. O quinto Veda, ao qual todos os temas da mitologia e da tradição heróica estão ligados, deveria levar ao Dharma (o dever religioso) e ao Artha (o dever mundano).

A primeira apresentação do Natya-Veda representava a vitória dos deuses sobre os demônios. Enquanto os deuses presentes estavam arrebatados, os demônios tentavam perturbar a apresentação. Para evitar outros incidentes, Brahma fez com que se construísse um teatro, colocou-o sob a proteção dos deuses e ocupou ele mesmo o centro do palco. Em sua homenagem, até hoje espalham-se flores antes de cada apresentação.

Vishnu

Vishnu, o deus que sustenta o mundo e é a personificação da misericórdia e da bondade, é tido por muitos hindus como a divindade universal. Na maioria das vezes ele é representado como um adolescente de pele azulada em trajes amarelos. O azul simboliza a eternidade, a paz infinita, e o amarelo, a constância e a sabedoria. Os atributos de Vishnu – o caracol, a roda, a clava e botões de lótus – estão relacionados com a criação e simbolizam os elementos espaço (o caracol), ar (a roda), fogo (a clava) e água (o lótus).

Freqüentemente Vishnu é representado como Narayana ("aquele que se movimenta na água") adormecido sobre Ananta, a cobra-mundo enrodilhada que se encontra no oceano cósmico de leite. Nessa posição, que Vishnu assume a cada desagregação do universo, ele se encontra em sono contemplativo (Yoga Nidra). Nesse estado, Narayana, o homem cósmico, planeja a nova ordem, a nova era. Lakshmi, a deusa do destino, sua mulher, senta-se a seus pés e só desperta o marido quando a nova era se inicia.

A nova criação do mundo é simbolizada pelo nascimento do deus criador Brahma, que se ergue do umbigo de lótus de Narayana.

Vishnu aparece na Terra em muitas encarnações. As primeiras três são na forma de animais: peixe, tartaruga e javali. Segue-se um ser meio humano e meio animalesco, o homem-leão; vem então o anão Vamana, cuja lenda já se encontra na mais antiga literatura in-

diana. A Vamana segue-se Rama, uma das mais significativas encarnações de Vishnu que, como herói do Ramayana vence o rei dos demônios Ravana. Rama, como marido afetuoso, rei amistoso e príncipe corajoso, representa a imagem ideal do homem indiano. A oitava encarnação de Vishnu é Krishna, uma das mais populares divindades hindus, que está cercado por um grande ciclo de mitos. Segundo a lenda, Krishna era um rapaz excepcionalmente amável, sempre ocupado em fazer travessuras e em pregar todo tipo de peças. Ele passou a juventude entre pastores e brincando com pastoras. Suas aventuras amorosas, que se desenvolveram a partir de suas brincadeiras infantis com as pastoras, começaram cedo. No Bhagavad Gita, o belo Krishna, que no entretempo tornou-se homem, aparece como o auriga Arjuna. Nesse papel, Krishna anuncia a toda a humanidade sua doutrina da salvação do mundo, uma doutrina que é conhecida como o ioga da "ação desinteressada" (Karma-Yoga). Através da entrega (Bhakti) a um deus determinado e através da ação desinteressada, o crente pode unir sua alma com Deus. A nona encarnação, na qual Vishnu apareceu como Buda, é evidentemente uma tentativa de colocar o budismo como uma doutrina subordinada ao hinduísmo.

Em sua encarnação como Buda, Vishnu é descrito como um demagogo que tentava levar os crédulos hindus a uma falsa crença. Os adeptos de Vishnu colocaram na boca do Buda dogmas que, quando comparados aos seus ensinamentos reais, estão muito distorcidos. A representação negativa do Buda é esclarecida pela preocupação de que a religião budista poderia afastar os adeptos do hinduísmo de sua doutrina e de seu ritual. A décima e última encarnação de Vishnu se dará no futuro e só ocorrerá no fim da nossa era. Essa era, a Kali-Yuga, é caracterizada pela confusão religiosa, espiritual e social. Depois de Vishnu, novamente deitado na cobra-mundo, ter meditado sobre a nova ordem mundial, ele aparecerá na Terra como um deus com cabeça de cavalo para introduzir um novo tempo de paz.

A Dança de Amor de Krishna

"Se vocês me amam, venham, dancem comigo."[3]

Nos mitos a dança de amor é o ponto culminante das experiências de Krishna com as Gopis (pastoras), e representa também o fim de sua juventude. Numa noite iluminada pela Lua, Krishna tocou a flauta para atrair as pastoras e dar-lhes uma amostra da alegria celestial que seria estar com ele no paraíso. Ele cantou e dançou com elas e iniciou-as nos segredos de Eros. Para isso, o sedutor de corações tocou sedutoramente sua flauta, levando as apaixonadas pas-

3. Sequeira, p. 16.

toras ao êxtase. Cada uma dançou com ele como se ele fosse o seu amante particular. Krishna afastou-se delas para ver Radha, sua gopi eleita. Cega de orgulho pelo fato de Krishna ter escolhido justamente ela por amada, Radha exigiu que ele a carregasse; isso fez com que ele a deixasse e desaparecesse na floresta. As outras pastoras encontraram Radha, e ao seu chamado suplicante e em coro Krishna vacilou, voltou para elas e prosseguiu com a dança. Seis meses durou a dança com suas alegrias eróticas, e terminou com um banho no rio, do qual toda a sociedade participou.

O grande amor das pastoras por Krishna é expressão do amor humano por Deus. A flauta de Krishna é um símbolo do chamado de Deus às almas humanas que, como as pastoras, renunciam a tudo e correm para seu amado Krishna. Para provar o amor universal de Deus, Krishna teve que amar não apenas Radha mas todas as pastoras, pois Deus ama todas as almas.

Na poesia indiana, a relação de Krishna com Radha é descrita extensamente. A poesia fala dos altos e baixos de sua atração mútua e os sofrimentos da apaixonada Radha, que espera pelo amado enquanto ele flerta com as outras gopis. Seitas krishnaíticas de caráter erótico-místico posteriores estão ligadas a este episódio, e o amor terreno foi interpretado alegoricamente de maneira variada. Radha é vista como o amor infinito formado pelo ser de Krishna. O homem participa da natureza de Krishna, a mulher da de Radha. Mostra-se aqui a influência do tantrismo, que conclui daí que o ser humano possui em seu próprio corpo tanto o masculino como o feminino. Para o praticante do Tantra masculino, a prática tântrica consiste em alcançar e vivenciar a natureza do feminino (com o praticante do sexo feminino ocorre exatamente o inverso). A verdade do amor só pode ser experimentada no corpo, pois aquele que "realiza a verdade do corpo tem acesso à mais alta bem-aventurança" (Mahasukha).

A união de Radha e Krishna personifica uma "condição divina" que, semelhante a um jogo (Lila), leva à redescoberta da espontaneidade primordial (Sahaja). O conceito de Sahaja desempenha um grande papel nos cantos de amor indianos. Sahaja é uma atividade da alma que só se torna possível supondo-se a existência de liberdade e independência interiores. Os que amam não podem negar nada; eles têm que se entregar por inteiro, dar tudo e ainda assim não podem depender um do outro. É um amor livre do ego, no qual a vinculação e a liberdade não são antônimos, pois o amor é totalmente livre e ao mesmo tempo escraviza. O amor secreto, ilegítimo, entre Radha e Krishna, que não se importa com todas as barreiras da ordem mundial, torna-se símbolo da união com a divindade. No misticismo erótico, o amor a Deus é uma intensa experiência sentimental da unidade e do amor, inseparavelmente ligada à expressão desse amor em cada ato da vida.

Como exemplo desse amor erótico, reproduzimos aqui uma poesia de Harivan (1522-1587), que descreve o amor entre Hari (Krishna) e Radha:

Krishna (sul da Índia, séc. XVII)

Sob adorável ramagem descansam ambos.
Radha e Hari em ricas vestimentas.
Na noite outonal, o esplendor da Lua cheia.

A escuridão a envolve, esguia e dourada,
Como a trepadeira do raio que as nuvens
escurecendo abraçam em noite de tormenta.

Eles ostentam o escarlate e o açafrão,
Seus corações ardem em chamas,
O ar sopra docemente perfumado e fresco.

Sobre folhas e flores jazem os belos;
Ele fala a ela com os sons mais doces,
Ela o repele em jogo envergonhado.

Encantado, ele toca mais e mais
Seu peito, suas pérolas, seu rosto;
Com um tímido "ainda não" ela o contém.

Tão amável brinca o Sublime;
Os abraços de sua paixão são labaredas,
E a corrente de seu amor purifica o mundo.[4]

Shiva

Nos Upanishades (750-500 a.C.) já está representada a opinião de que Shiva seria o deus mais elevado. No Upanishade Shvetashvatara, ele é enaltecido como o Brahman (alma do mundo) personificado e, no Upanishade Atharvashiras, é glorificado como o senhor da criação.

Shiva é tanto o deus da ascese como o deus dotado de extrema potência. Nele vivem tendências conflitantes. Ele pode ser todo bondade e aparecer também, ao mesmo tempo, incompreensivelmente irado. Seu aspecto irado que dá vida chama-se "Ugra"; e o aspecto amigável, suave, "Saumya". Como deus da fertilidade, ele aparece ligado a uma deusa que é considerada a manifestação da Grande Deusa. A lenda shivaítica lhe dá muitos nomes: Uma, Sati e Parvati são os mais conhecidos. Os mitos narram que Shiva, em sua forma não-ariana, Rudra, um temível deus selvagem das montanhas, teria se casado com Sati, filha do deus ariano da criação, Daksha. Pelo fato de Daksha não ter convidado seu genro rústico para uma festa de sacrifícios dos deuses, Sati suicida-se de vergonha do pai. Depois da morte da esposa, Shiva deu as costas às coisas do mundo e retornou ao Himalaia.

4. Citado por Glasenapp, Helmut von: *Brahma und Buddha*, p. 314.

Os deuses então reuniram-se em conselho para decidir como poderiam levar Shiva a casar-se de novo. Eles chegaram à conclusão de que Sati deveria renascer como Parvati, a filha do Himalaia. Quando Parvati chegou à idade de se casar, ela tentou tudo para conseguir Shiva para si. Ela submeteu-se ao mais rigoroso ascetismo para assim tornar-se digna do grande deus. Embora Parvati tivesse despertado o desejo de Shiva, o senhor da ascese não admitiu essa paixão. Somente após muitos anos, quando Parvati tinha alcançado todos os estágios da consciência, ele a tomou como esposa. É ela que, com Shiva, se demora num abraço que dura milhares de anos. A união dos dois corresponde ao cumprimento da lei divina da abolição dos contrários num estágio primordial andrógino (híbrido) da criação. Através do simbolismo erótico, dá-se expressão à libertação do estado de tensão do dualismo.

A união de Shiva com sua esposa é freqüentemente representada através de símbolos correspondentes. Assim o Linga (o falo) junto com a Yoni (o útero) representa a abolição da dualidade.

O touro, símbolo da força da sexualidade, é juntamente com o linga um símbolo da energia criadora do deus. O controle de Shiva sobre o touro simboliza o domínio sobre a natureza física. Somente aquele que está em condições de controlar seus impulsos pode montar o touro.

O controle de Shiva sobre os impulsos físicos e suas capacidades espirituais, adquiridas através de meditações e mortificações, concedem a ele energias ilimitadas, de forma que ele faz grandes prodígios e, como deus da fertilidade, pode prestar grandes serviços ao mundo.

Shiva costuma ser representado na iconografia como um asceta nu com o corpo friccionado com cinza e cabelos desgrenhados. Vibhuti, a cinza sagrada, é um símbolo de pureza. Ela indica que Shiva, através de seus exercícios ascéticos, através do autocontrole, queimou suas paixões. Hoje também os adeptos do shivaísmo ainda se esfregam com cinzas, obtida do esterco de vaca através de prescrições precisas. O esterco de vaca simboliza tudo aquilo que, no homem, é pesado, passivo, negativo e mau. A cremação desse esterco simboliza a transfiguração da natureza inferior em uma superior, pura (Sattva). Através da fricção com essa cinza sagrada, o shivaíta quer livrar-se das coisas materiais e da sexualidade e se transformar num ser espiritual.

A distribuição dos sete rios sagrados na Índia também faz parte das boas ações de Shiva. No lugar onde o Ganges se precipitava no vale em gigantescas cataratas, ameaçando destruir tudo sobre o planeta, estava Shiva, para quebrar o poder das águas. Ele forçou o rio a passar através de seu cabelo emaranhado para, então, amansado e dividido em sete correntes sagradas, correr pelas encostas do Himalaia.

Algumas representações iconográficas mostram Shiva com cinco faces, quatro braços e três olhos. O terceiro olho apareceu em sua

testa quando um dia sua mulher, Parvati, de brincadeira, tapou-lhe os olhos, com o que o mundo mergulhou na escuridão desencadeando o perigo do desastre final. Com um único olhar desse olho Shiva podia vencer todos os seus inimigos. Seu olho direito simboliza o sol, o esquerdo a lua, o olho do meio o fogo. O terceiro olho representa a energia espiritual, e por isso recomenda-se aos adeptos do ioga a concentrar-se no ponto localizado entre as duas sobrancelhas. Shiva ou está vestido com uma pele de tigre ou com a pele de um elefante. A pele do tigre simboliza o domínio sobre a inquietação e a dispersão; a pele do elefante, o domínio do orgulho e da agressividade. Suas armas são o tridente, cujas três pontas simbolizam as propriedades do deus como criador, conservador e destruidor: uma espada, um arco e um bastão que termina num crânio, atributo característico dos ascetas e iogues. Quando se dedica à luta para combater demônios, ele é acompanhado por serpentes que pendem de seu pescoço, ombros e cabeça.

Seus cabelos emaranhados adornados de serpentes e o colar de crânios que usa quando, como senhor dos espíritos, circula pelos cemitérios, salientam o lado violento de Shiva. Na forma do destruidor Mahakala, expressa-se sua natureza selvagem, e visitar cemitérios é para ele uma satisfação. Fiel ao caráter de Shiva quando sob a forma de Mahakala, o culto de Shiva pode assumir traços sangrentos e orgiásticos. Em algumas ordens ascéticas shivaítas, não é raro que a automortificação ultrapasse os limites do sinistro. Eles infringem conscientemente os tabus da ordem hinduísta; bebem álcool, alimentam-se com alimentos impuros de todos os tipos e de todas as espécies de carne. Eles justificam essas práticas afirmando que todos os prazeres terrenos devem ser eliminados, que não existe nem bem nem mal, nem agradável nem desagradável. O simbolismo que está por trás da meditação nos cemitérios é conhecido em numerosas ordens ascéticas. O cemitério simboliza a totalidade da vida psicomental. Ali o iogue incinera suas diversas obstinações espirituais e sensuais, todas as suas experiências egoístas. Ao mesmo tempo, ele se livra do medo e conjura demônios para subjugá-los.

Shiva Nataraja, o Rei da Dança

Um dos mais conhecidos nomes de Shiva é Nataraja, o rei dos dançarinos, ou seja, da dança. A dança de Shiva é considerada uma manifestação física do ritmo cósmico. Nataraja personifica o movimento do universo. O cosmos é seu teatro, e ele é ator e público ao mesmo tempo.

> Quando o ator toca o tambor,
> todos vêm vê-lo.

Quando o ator junta seus apetrechos,
está sozinho na sua felicidade.[5]

Das várias danças de Shiva, três têm significado especial. A primeira é uma dança crepuscular no Himalaia, a qual vários deuses compareceram para admirar o rei dos dançarinos. Sarasvati tocava o alaúde, Indra a flauta, Brahma ficou com os címbalos, Lakshmi cantava, Vishnu tocava o tambor e os outros deuses ficaram em volta para presenciar a dança celeste de Shiva.

A segunda dança conhecida foi executada por Shiva diante de uma assembléia de Rishis (santos) na sala dourada de Chidambaram, o centro do universo. Shiva, de quatro braços, com correntes, braceletes e adornado com najas, venceu nesta dança um tigre selvagem, uma horrível serpente e o astuto anão Muyalaka. Quando o deus-serpente Sesha viu a dança, submeteu-se a exercícios ascéticos na esperança de ver Shiva dançando uma vez mais. Alguns Rishis, que até então somente tinham enaltecido Vishnu, reconheceram nesta dança a prova da superioridade de Shiva.

Com a terceira dança, cósmica (Tandava), Shiva procede à aniquilação do mundo ao final de cada era. Segundo a concepção hindu, essa destruição implica um novo começo. E assim, apesar do papel de destruidor, a Shiva, como deus da criação, compete a recriação; ele é "aquele que promete o bem". Shiva, o ser superior, é a fonte primordial de todas as coisas do cosmos, tanto as más como as boas, as visíveis e as invisíveis. Como criador e aniquilador, ele une em sua figura todos os pares de contrários, permanecendo entretanto acima deles, calmo e desinteressado.

A dança de Tandava representa a destruição do mundo de ilusões de Maya. Todo o cosmos visível nada mais é que uma ilusão, uma miragem que oculta o verdadeiro ser. Somente quando se olha através das esferas externas das aparições palpáveis e visíveis é que se pode avançar em direção ao ser puro, ao absoluto, seja qual for o nome que se lhe dê (absoluto, transcendente, imortal, etc.). O fundamento propriamente dito de Maya, que envolve a verdade como um véu, é a contradição. Os lados escuros da vida formam um contrapeso para os claros. Ambos os lados se intercalam como a suave bondade dos deuses e a sinistra ambição dos demônios. O mundo é uma mistura de bem e de mal, de felicidade e de infelicidade. E para suportar o aspecto eternamente fluido do mundo torna-se necessário aceitar a totalidade. O adorador de Shiva sente-se como manifestação de Maya e submete-se a ela. Ele encara a vida como uma melodia fluida que, nem bem é entoada, e já rapidamente começa a se perder. Quando o indivíduo apreende seu papel e sua participação na canção da vida, feita de desejo e sofrimento, para ele deixa de existir tristeza e decepção. O sofrimento e a alegria do cotidiano

5. Coomaraswamy, Ananda K.: *The Dance of Shiva*, p. 66.

O Shiva dançarino (sul da Índia, séc. XI)

são elevados a êxtase, transformando-se em dança cósmica. Aquele que vê essa dança mística livra-se da corrente de renascimentos, e sua alma emerge no oceano da bem-aventurança (Ananda).

Na dança de Tandava, Shiva é representado com quatro braços e mãos (ver ilustração na página 28). Com a mão direita superior ele segura um pequeno tambor, símbolo do primeiro som da criação. O som é associado, na Índia, com o éter, o primeiro dos cinco elementos. O éter é a manifestação penetrante da substância divina, da qual se desenvolveram os outros elementos, tais como o ar, a água, o fogo e a terra.

A mão esquerda superior, cujos dedos assumem uma posição semelhante a uma meia-lua (Ardhachandra-Mudrā), traz em seu interior uma chama que simboliza a destruição do mundo. A mão direita inferior executa o gesto de afastar o medo (Abhaya-Mudrā), que garante proteção e paz. A mão esquerda inferior, que imita a tromba esticada de um elefante (Gaja-Hasta-Mudrā), simboliza Ganesha, o filho de Shiva, o removedor de obstáculos.

O pé esquerdo erguido, cuja adoração leva à união com o absoluto, simboliza o acolhimento e a salvação das almas. Com o pé direito, Shiva subjuga o demônio Apasmara, o demônio do esquecimento e da desatenção, que simboliza a cegueira e a ignorância das pessoas. O dançarino cósmico, Shiva, está cercado por um anel de chamas, cuja origem provavelmente deve ser buscada no aspecto destrutivo do deus.

Na dança cósmica, reúnem-se as cinco propriedades do deus Shiva:

1. Criação e evolução (Sristi)
2. Manutenção e proteção (Sthiti)
3. Destruição e renascimento (Samhara)
4. Jogo de ilusões, ou seja, a ocultação do ser verdadeiro (Tirobhava)
5. Graça, ou seja, acolhimento dos crentes (Anugvaha)

Estas cinco propriedades estão simbolizadas nas posições de suas mãos e pés.

> Oh, meu senhor, tua mão, que segura o tambor sagrado, colocou o céu, a Terra, outros mundos e incontáveis almas no lugar correto. Tua mão erguida protege tanto a ordem consciente da criação como a inconsciente. Todos estes mundos são transformados pela mão que leva o fogo. Tua mão esquerda dá abrigo às almas sofridas e cansadas. Teu pé erguido garante a eterna bem-aventurança a todos aqueles que se aproximam de ti.[6]

6. Coomaraswamy, Ananda K.: *The Dance of Shiva*, p. 71.

A dançarina (Ajanta, Índia, séc. V)

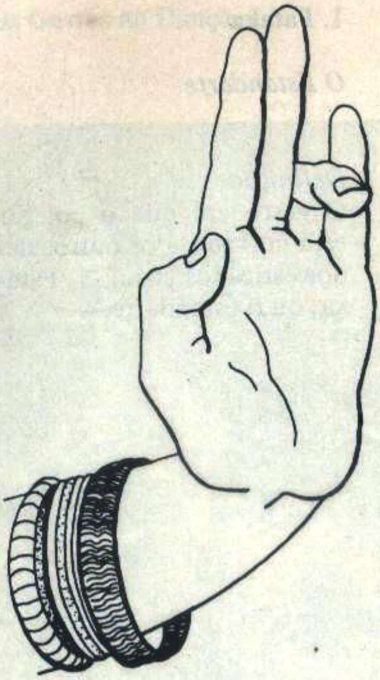
1. Pataka

O Estandarte

Definição
O gesto em que o polegar está curvado e os outros dedos esticados chama-se Pataka, ou o estandarte.

Significado
Este gesto é executado no início da dança; ele simboliza: uma nuvem, uma floresta, um lugar de retiro, o peito, um rio, o mundo dos deuses, um cavalo, a noite, o vento, o sono, a lua, o levantar-se, a benevolência, o mar, calor interior, seguir um destino, fazer uma promessa, uma folha de palmeira, o oceano, um mês, um ano, chuva, igualdade, poder, fama, uma série de boas ações, dirigir a palavra a uma pessoa, uma recusa.

Pataka remete a Brahma, o próprio criador, e simboliza as cinco energias do mundo: o polegar simboliza o controle da energia física; os outros quatro dedos, respectivamente, a liberação das energias emocionais e espirituais. A postura Pataka é considerada uma postura básica da linguagem da dança clássica indiana.



2. Tripataka

A Bandeira com Três Listas

Definição

O gesto da mão em que o polegar e o dedo anular estão curvados é chamado de "bandeira com três listas".

Significado

Uma coroa, árvores, raio e trovão, Indra, o rei dos deuses, uma lâmpada a óleo, uma pomba, um corpo, uma flecha, uma flor Ketaki, motivo desenhado em um rosto ou peito, aquilo que gira, o retorno, a maneira de voar de determinadas aves, a adoração dos pés do guru, um asceta, uma porta, monstros marinhos. Tripataka remete a Indra, que segura seu machado de pedra sem o dedo anular.

3. Ardhapataka

A Meia Bandeira

Definição
Ardhapataka ou "a meia bandeira" consiste na posição Tripataka em que, suplementarmente, o dedo mínimo também é curvado.

Significado
Folhas, uma mesa para se escrever ou pintar, uma faca, a margem de um rio, o número 2, uma bandeira, um punhal, a entrada de um templo, os chifres de um touro.

4. Kartarimukha

Tesoura

Definição
Os dedos indicador e médio estão esticados; os outros dedos, curvados.

Significado
A separação de homem e mulher, insurreição, ilusão, mentira, roubar, a morte, um piscar de olhos, ser diferente, estar em desacordo, a tristeza causada por precisar dormir sozinho, um erro, cair, alheamento, lágrimas.

5. Mayura

O Pavão

Definição
O dedo anular e o polegar se tocam; os outros dedos estão esticados. Esta mudrā é chamada de "o pavão" ou Mayura.

Significado
O pescoço de um pavão, a cabeça de um pavão, uma ave, um augúrio bom ou mau, um sinal decorativo na testa, a testa, a água de um rio, um assunto sagrado, uma discussão sobre textos religiosos.

6. Ardhachandra

A Meia-Lua

Definição
Todos os dedos estão esticados, o polegar afastado. Este gesto chama-se Ardhachandra-Mudrā ou o gesto da meia-lua.

Significado
A lua no oitavo dia depois da lua nova, a mão que envolve um pescoço, um prato, uma cinta, um rio, a origem, o nascimento, uma meditação, orações, contato físico, a saudação de pessoas simples, uma imagem divina consagrada, uma lança, um pensamento, medo, preocupação.

7. Arala

O Gancho

Definição
Quando o dedo indicador de Pataka-Mudrā está curvado surge o gesto chamado o gancho, ou Arala.

Significado
Beber veneno, néctar, ambrosia, etc.; vento forte, devastação.

8. Shukatunda

O Bico do Papagaio

Definição
Quando o terceiro dedo de Arala-Mudrā também está curvado, então essa mudrā torna-se "o bico do papagaio" ou Shukatunda.

Significado
Atirar uma flecha, arremessar uma lança, a recordação de uma moradia ou de um país, saudade, o despojar-se de características fracas do caráter, trair um segredo, pronunciar palavras místicas, uma aparição horrível, um ataque de cólera, "não-eu", "não-você", "isso não deve ser feito".

Esta mudrā é atribuída a Parvati, mulher de Shiva, que durante uma discussão amorosa teria utilizado este gesto.

9. Mushti

O Punho Fechado

Definição
Quando o polegar cobre os quatro dedos encurvados, então esta mudrā é chamada de "o punho fechado" ou Mushti.

Significado
Constância, imobilidade, firmeza, dureza, coragem, energia, teimosia, agressividade, desejo de luta, a lua, agarrar com força.

Mushti é atribuída a Vishnu, que utilizou este gesto na luta contra Madhu.

10. Shikhara

A Ponta

Definição
Quando no gesto do punho fechado o polegar é erguido, esta mudrã torna-se a ponta, ou Shikhara.

Significado
O deus do amor, um arco, certeza, determinação, um dom, o lábio superior, um dente, embaraço, entrada, perguntar, falo, poder dizer não, recordação, sugerir, narrar, uma série de abraços amorosos, o badalar dos sinos, calar, um marido, consciência, expressar algo íntimo, abrir o cinto, o amado.

11. Kapittha

A Árvore em que Macacos Trepam; Maçã-de-Elefante

Definição
Quando o dedo indicador do gesto Shikhara toca o polegar curvado, então a mudrā resultante é chamada de Kapittha, "a árvore em que trepam macacos" ou maçã-de-elefante.

Significado
A deusa da fortuna, da beleza e do bem-estar, que segura uma flor de lótus em cada mão. A deusa da linguagem criativa, do saber, da arte e das ciências, representada com um alaúde, tocando címbalos, ordenhando vacas, segurando a ponta de um vestido, que está ali, graciosa, cobrindo a cabeça com um sari, o rosto oculto sob um véu.
Este gesto foi utilizado por Vishnu para arrastar a montanha Mandara.

12. Katakamukha

Abertura da Pulseira

Definição
Quando no gesto Kapittha o dedo médio também toca o polegar, forma-se a mudrā chamada "abertura da pulseira" ou Katakamukha.

Significado
Segurar um cordão de pérolas ou uma guirlanda de flores, colher flores, tensionar um arco, oferecer folhas de bétel, a preparação da pasta de madeira de sândalo, usar perfume, falar, lançar um olhar para algo ou alguém, puxar uma flecha, tensionar lentamente um arco, distribuição de folhas de bétel dobradas.

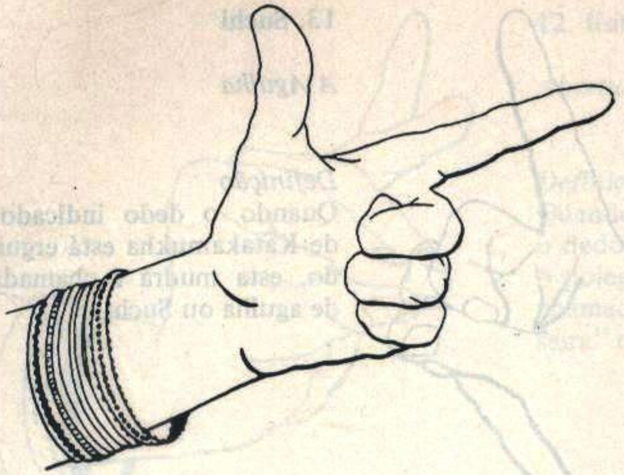
Katakamukha foi utilizada por Shiva quando atingiu Guha com o tiro de arco.

13. Suchi

A Agulha

Definição
Quando o dedo indicador de Katakamukha está erguido, esta mudrā é chamada de agulha ou Suchi.

Significado
O número 1, unidade, o número 100, o sono, uma cidade, um bastão, um corpo, um guarda-chuva, meditação sobre a extrema realidade, o sol, o mundo, o universo, dizer sim, solidão, um aviso ou ameaça, admirar-se, surpresa, uma trança de cabelos, aptidão, uma mão, prova crítica, diferenciação, o fim do dia, o fim de tarde, rufar de tambores, ramalhete de flores, plantas rasteiras, curvas, as várias maneiras de falar, gestos para cólera, suor, brincos, correntes, orgulho, separação, briga, o terceiro olho de Shiva, cada tipo de movimento sinuoso. Esta mudrā foi utilizada por Brahma quando ele disse: "Eu sou único."



14. Chandrakala

A Lua Crescente

Definição
Quando no gesto da agulha o polegar é esticado, esta mudrā chama-se "a lua crescente" ou Chandrakala.
Significado
A lua, o rosto, a coroa de Shiva, um país, uma região, o Ganges, um cajado, uma clava.

15. Padmakosha

O Botão de Lótus

Definição

Quando os dedos curvados estão um pouco distanciados uns dos outros e a palma da mão está levemente curvada, esta mudrā é chamada de botão de lótus ou Padmakosha.

Significado

Um botão de lótus, uma bola, os seios redondos de uma mulher, um movimento em forma de círculo, o botão de uma flor, uma curva, um ovo, um ramalhete de flores, uma panela, a fruta de uma árvore Kapittha (maçã-de-elefante) e muitas outras frutas, uma flor de Java, uma rosa da China; espalhar flores, acender a pira funerária.

16. Sarpashirsha

A Cabeça da Cobra

Definição
Quando as pontas dos dedos de Pataka-Mudrã estão levemente curvadas, este gesto chama-se cabeça de cobra ou Sarpashirsha.

Significado
Uma cobra, pasta de madeira de sândalo, uma voz calmante, afagar um elefante, oferecer água a um deus ou sábio, os braços de um lutador ou atleta, espargir água, alimentar alguém, cuidar amorosamente de alguém, lavar o rosto, oferecer, beber ou verter água, acariciar seios de mulher, timidez, esconder uma criança, Pranayama (exercício respiratório), dizer "é verdade".

17. Mrigashirsha

A Cabeça de Veado

Definição
Quando o dedo mínimo e o polegar da mudrā cabeça de cobra são esticados, este gesto chama-se cabeça de veado ou Mrigashirsha.

Significado
Mulheres, pômulos, uma roda, limites que não podem ser ultrapassados, medo das leis, briga, um vestido, um sinal religioso na testa, ou seja, as três linhas horizontais que os shivaítas têm na testa, um alaúde, uma massagem nos pés, a cabeça de um veado, todas as propriedades, um encontro, um templo do amor, os órgãos sexuais femininos, passear, andar à toa, viajar, caminhar, aqui, agora, chamar o amado.

18. Simhamukha

A Cabeça do Leão

Definição
Quando os dedos indicador, médio e anular estão esticados para a frente e os outros dois dedos apontam para cima, este gesto chama-se "cabeça de leão" ou Simhamukha.

Significado
A cabeça de um leão, ritos védicos, a oferenda de sacrifícios, uma lebre, um coelho, um elefante, uma coroa de botões de lótus, o medicamento produzido por um médico, o restabelecimento através desse medicamento.

19. Langula

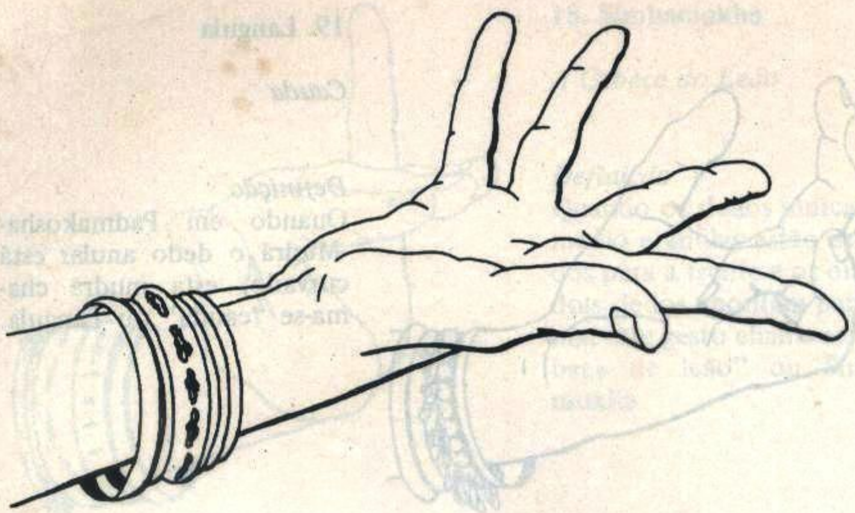
Cauda

Definição

Quando em Padmakosha-Mudrā o dedo anular está curvado, esta mudrā chama-se "cauda" ou Langula.

Significado

Uma pequena campainha, as pulseiras sonoras das crianças, uma ave que deve conseguir sua alimentação dos raios da lua, uma noz de bétel, os seios de uma menina muito jovem, um lírio d'água branco, um cuco que anuncia a estação das chuvas, um coco, sininhos, as formas das frutas ainda não maduras, as palavras ditas por mulheres iradas.



20. Alapadma

A Flor de Lôtus Totalmente Aberta

Definição
Quando os dedos estão bem distanciados uns dos outros, este gesto chama-se "a flor de lótus totalmente aberta" ou Alapadma.
Significado
A flor de lótus totalmente aberta, seios, frutos de várias árvores, separação de uma pessoa amada; um espelho, lua cheia, beleza, uma cidade, ira, um lago, um aplique de cabelo, uma carroça, bolas de gude, tumulto, instruções, presunção, adulação, elogio, saudade, um movimento circular, recusa, mulheres entre si.

Esta mudrã foi utilizada por Krishna quando ele roubou manteiga e leite.

21. Chatura

O Quadrado

Definição

Quando o polegar está curvado, os dedos indicador, médio e anular se tocam e o dedo mínimo esticado está algo afastado do anular, esta mudrā chama-se "o quadrado" ou Chatura.

Significado

Ouro, cobre, ferro e outros metais, umidade, tristeza, diferença de castas, olhos, saber, fresco, suculento, tenro, saboroso, preocupação, dificuldades, ser charmoso, gracioso, expressivo, estar contente, óleo, uma pequena quantidade, emoções estéticas, prazer erótico, inteligência, imaginação, perdão, contentamento, grau de consciência, intimidade, esperteza, pureza, habilidade, bem-aventurança, juventude, em casa, alegria, bom caráter.

22. Bhramara

A Abelha

Definição
Quando o polegar e o dedo médio se tocam, o dedo indicador está curvado e os dedos anular e mínimo estão esticados, esta mudrā chama-se abelha ou Bhramara.

Significado
Uma abelha, um papagaio, um grou ou outra ave aquática, uma asa, um cuco ou outro pássaro, rapidez, marcar o ritmo, despertar confiança, conversa de crianças.

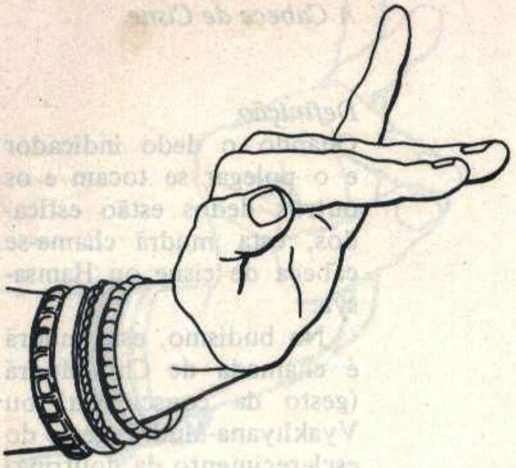
23. Hamsasya

A Cabeça de Cisne

Definição
Quando o dedo indicador e o polegar se tocam e os outros dedos estão esticados, esta mudrā chama-se cabeça de cisne ou Hamsasya.

No budismo, esta mudrā é chamada de Chin-Mudrā (gesto da consciência) ou Vyakhyana-Mudrā (gesto do esclarecimento da doutrina) ou Samdarsana-Mudrā (gesto da visão perfeita).

Significado
Uma bênção, uma festa, um cordão de pérolas, uma guirlanda de jasmins ou de outras flores, uma pedra para agarrar, um desenho ou uma pintura, oportunidades favoráveis, cerimônias auspiciosas, sinais favoráveis, ensinamentos, certeza, determinação, decisão, acender uma chama, uma picada de inseto, um dique, atar o fio do casamento, iniciação, adoração ritual (Puja), meditação, cantar.



24. Hamsapaksha

A Asa do Cisne

Definição
Quando em Sarpashirsha(cabeça de cobra)-Mudrã, o dedo mínimo aponta para cima, este gesto é chamado de "asa do cisne" ou Hamsapaksha.

Significado
O número 6, a construção de uma ponte, tapar, esconder, um estojo, conter, juntar, oferecer água ao avô, aceitar presentes, comida dos brâmanes.

25. Sandamsha

A Pinça

Definição
Quando os dedos de Padmakosha (botão de lótus) são abertos e fechados várias vezes sucessivamente, esta mudrā é chamada de pinça ou Sandamsha.

Significado
A barriga, o número 5, uma ferida, um tumor ou uma bolha, um verme, um parasita, grande medo, a oferenda de uma dádiva aos deuses, generosidade, nervosismo, fio sacrificial sagrado, colher e atar flores, retirar uma flecha, expressar-se com cólera.

26. Mukula

O Botão

Definição
Quando as pontas dos dedos se tocam, esta mudrā é chamada de botão ou Mukula.

Significado
Umbigo, um lírio d'água, uma refeição, comer, as cinco flechas do deus do amor, brotos de banana, segurar um objeto, oração (Japa), si mesmo (Atman), o comportamento de uma mulher ávida de amor, o número 5, beijar crianças, miscigenação racial.

Mukula é atribuída ao deus do vento Hanuman, que tentou agarrar o sol.

27. Tamrachuda

O Galo

Definição

O gesto em que todos os dedos estão juntos e o indicador aponta para cima e está curvado, chama-se Tamrachuda ou galo.

Significado

Um galo ou outros animais alados, uma garça (uma pessoa falsa), um corvo (uma pessoa mal-educada ou desavergonhada), um camelo, um bezerro, escrever ou desenhar.

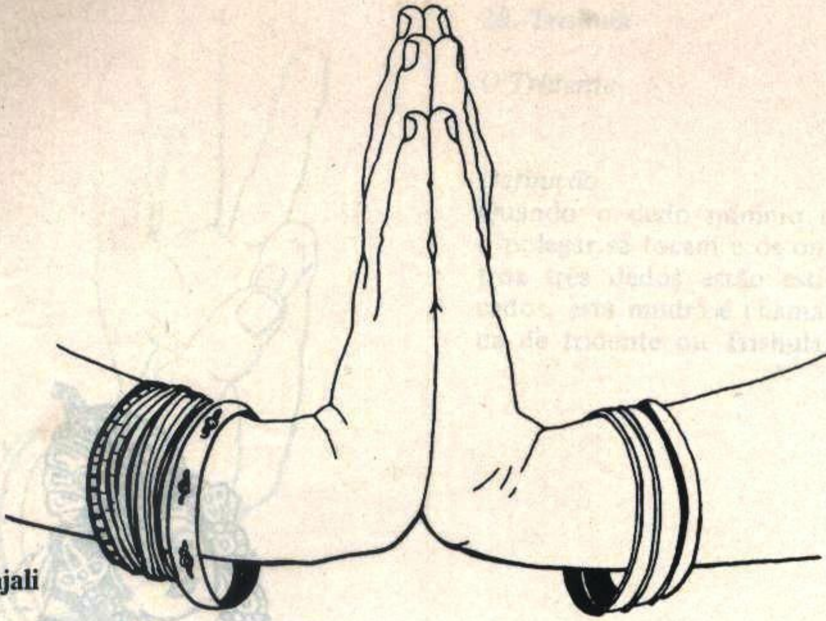
28. Trishula

O Tridente

Definição
Quando o dedo mínimo e o polegar se tocam e os outros três dedos estão esticados, esta mudrã é chamada de tridente ou Trishula.

Significado
Uma folha da árvore de bétel, a idéia da trindade (os três deuses: Brahma, Vishnu, Shiva; as três Gunas: Sattva, Tamas, Rajas).

O dançarino Ram Gopal como Shiva (dança do pôr-do-sol)



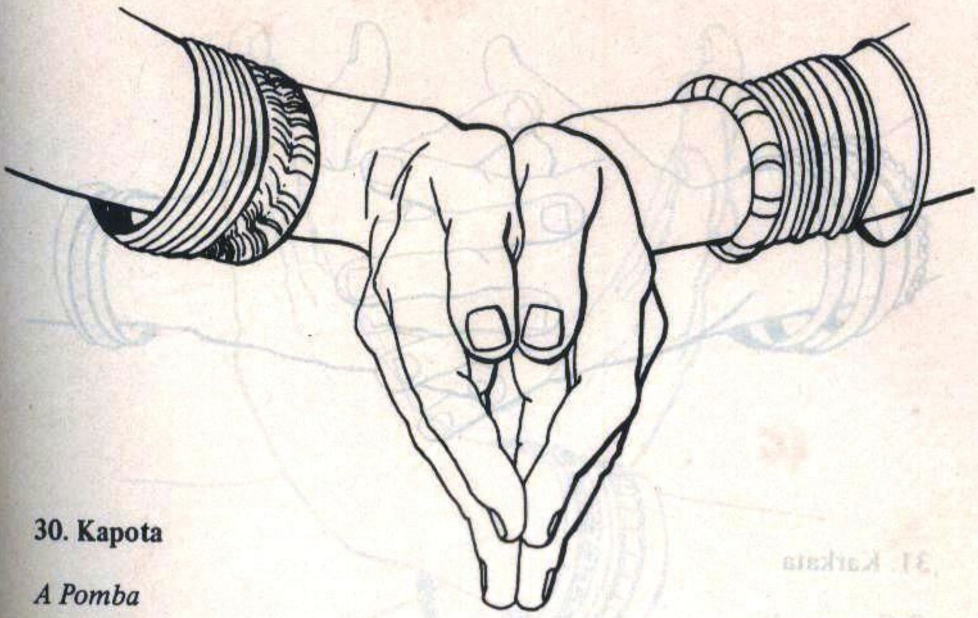
29. Anjali

A Saudação

Definição
Quando as duas palmas das mãos se tocam, esta mudrā é chamada de Anjali ou gesto de saudação.
Significado
Saudação de uma pessoa: as mãos são dobradas acima do peito.

Saudação de um brâmane: dobrando-se as mãos diante do peito, elas simbolizam a luz do coração, que não somente irradia para o próximo mas também para o próprio Eu divino.

Saudação de um guru: dobrando-se as mãos diante do rosto, elas simbolizam o terceiro olho de Brahma ou a chama que irradia a mais sublime bem-aventurança.



30. Kapota

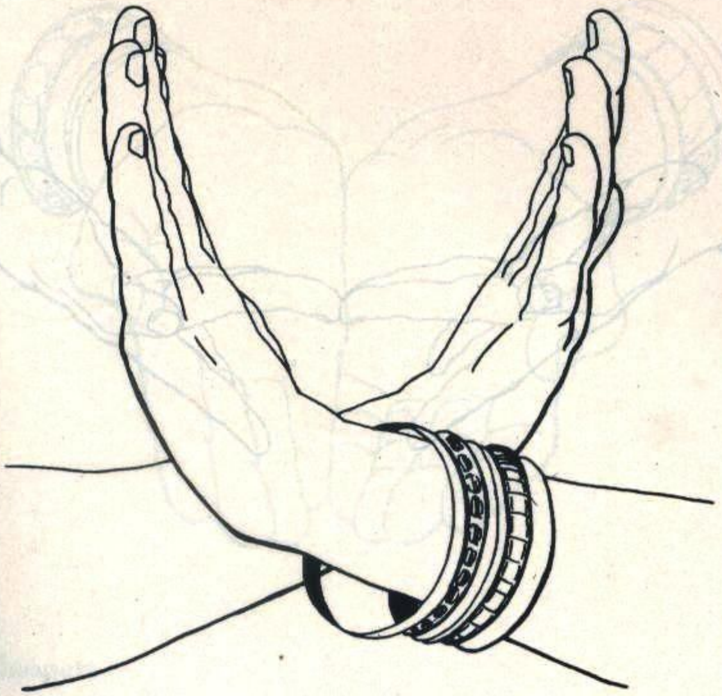
A Pomba

Definição
Quando as mãos em Anjali-Mudrā se tocam apenas em cima e embaixo, chama-se este gesto pomba ou Kapota.
Significado
Homenagem, saudação, dirigir-se a um guru, obediência respeitosa, submissão, falar com os mais velhos.

31. Karkata

O Caranguejo

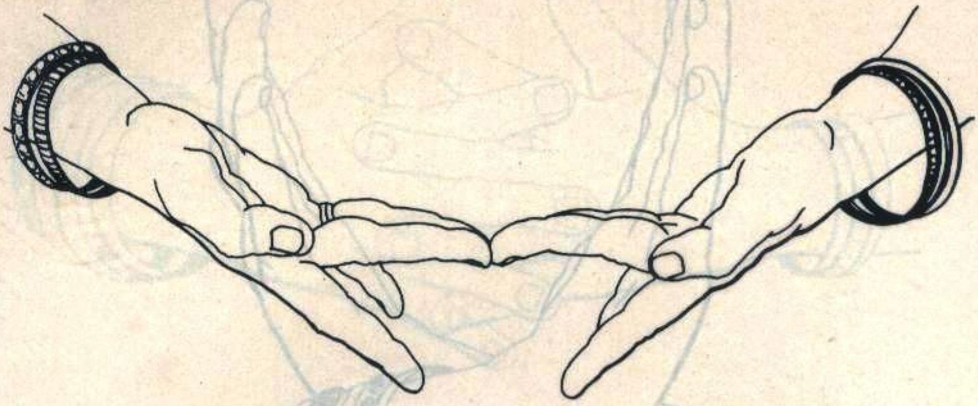
Definição
Quando os dedos de uma das mãos escorregam pelos interstícios da outra mão, esta mudrā é chamada de caranguejo ou Karkata.
Significado
O encontro de muitas pessoas, quantidade, mostrar a barriga, soprar num caramujo oco, esticar seus membros, curvar o ramo de uma árvore.



32. Svastika

A Cruz

Definição
Quando as mãos em Pataka-Mudrā se cruzam nos pulsos, este gesto é chamado de cruz ou Svastika.
Significado
Um crocodilo ou outro animal aquático, representação de Deus e do eterno imortal.



33. Khatva

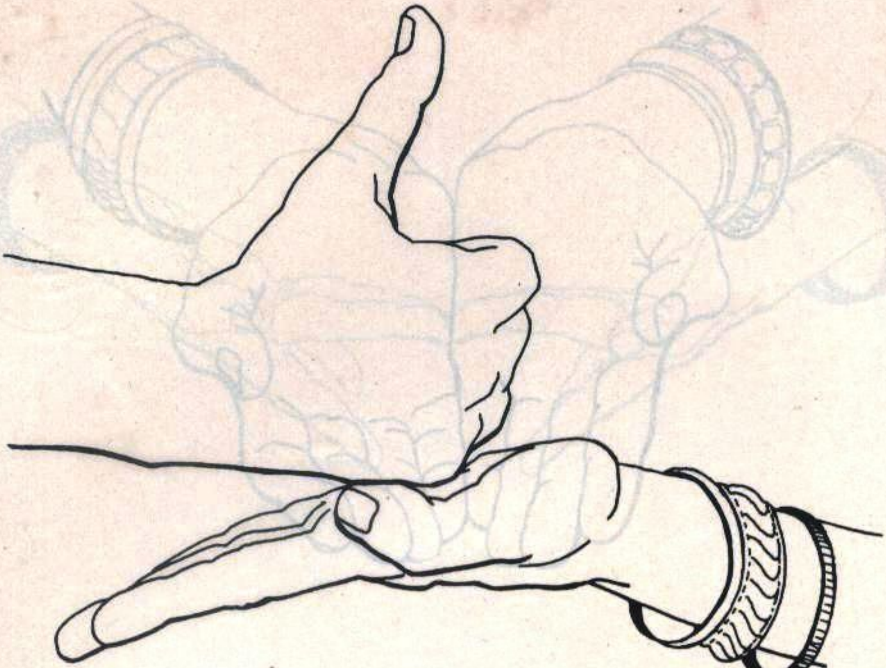
A Cama

Definição
Quando os dedos anular e médio das duas mãos se tocam, os dedos indicador e mínimo estão em posição vertical e o polegar é curvado para trás, esta mudrā chama-se cama ou Khatva.
Significado
Uma cama, um divã ou uma liteira.

34. Pushpaputa

Mão Cheia de Flores

Definição
Quando ambas as mãos são mantidas uma contra a outra em mudrã-cabeça-de-cobra (Sarpashirsha), de tal maneira que assumem a forma de uma xícara, este gesto é chamado de "mão cheia de flores" ou Pushpaputa.
Significado
Segurar água, frutas ou outros objetos na mão, oferecer água na aurora ou no crepúsculo, oferecer flores enquanto mantras são proferidos, mão que possui poderes mágicos, o rito de se agitar lâmpadas a óleo para lá e para cá diante da imagem de um deus.



35. Shivalinga

O Shiva Linga

Definição
Quando a mão direita é colocada em Shikhara-Mudrā sobre a mão esquerda executando o gesto de meia-lua (Ardhachandra), esta mudrā simboliza o Shivalinga ou o falo de Shiva.
Significado
Um gesto que é usado para mostrar o símbolo abstrato do deus Shiva.

36. Shanka

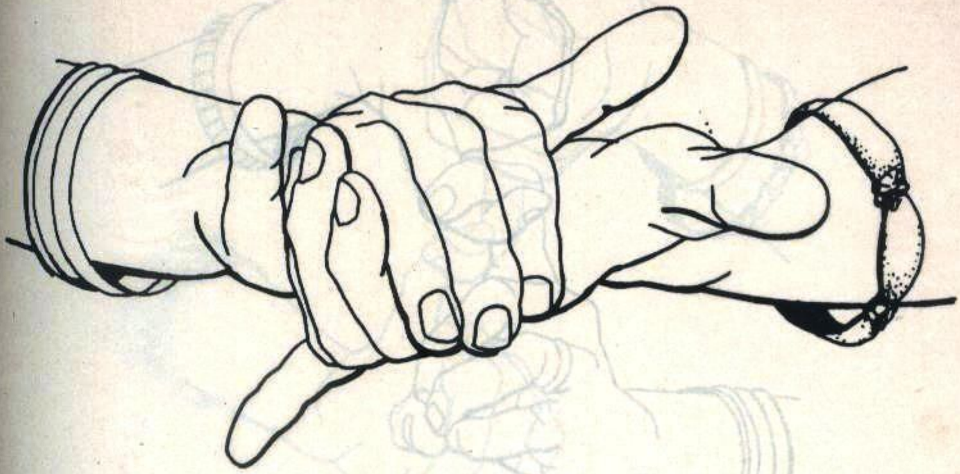
A Trompa de Caracol

Definição
Quando o polegar de Shikhara (ponta)-Mudrã é envolvido pela outra mão, esta mudrã simboliza a trompa de caracol ou Shanka.
Significado
Demônios, titãs, dragões, o anúncio de uma guerra.

37. Chakra

A Roda

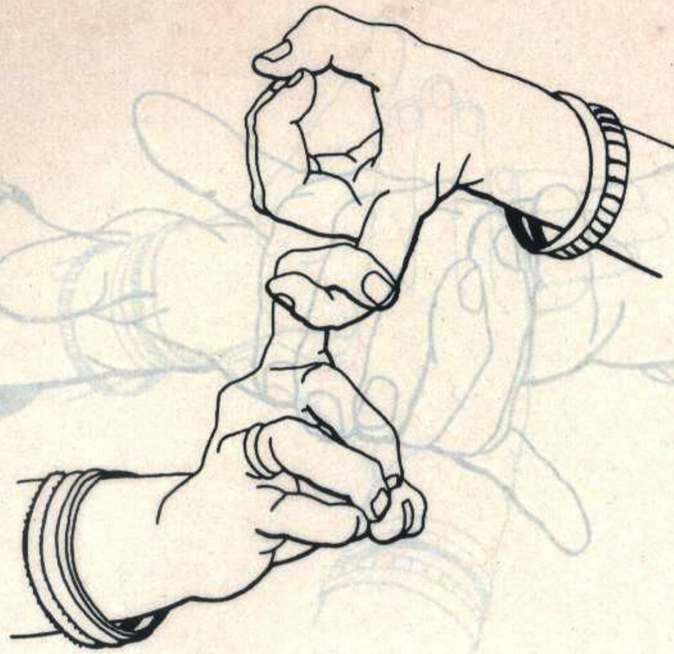
Definição
Quando as palmas das mãos do gesto da meia-lua (Ardhachandra) são colocadas uma sobre a outra em ângulo reto, esta mudrā chama-se roda ou Chakra.
Significado
A roda, o disco, símbolo de Vishnu.



38. Samputa

O Cofre

Definição
Quando os dedos de Chakra-Mudrã estão curvados para dentro e os dedos mínimos estão esticados, este gesto simboliza o cofre ou Samputa.
Significado
Um cofre, algo secreto ou escondido, uma caixa redonda, jogar dados.



39. **Pasha**

O Laço

Definição
Quando os dedos indicadores do gesto Suchi (agulha) se agarram e formam um nó, chama-se a esta mudrã laço ou Pasha.
Significado
Laço, ligação, vínculo, corrente, encadear, diversidade de opiniões.

40. Kilaka

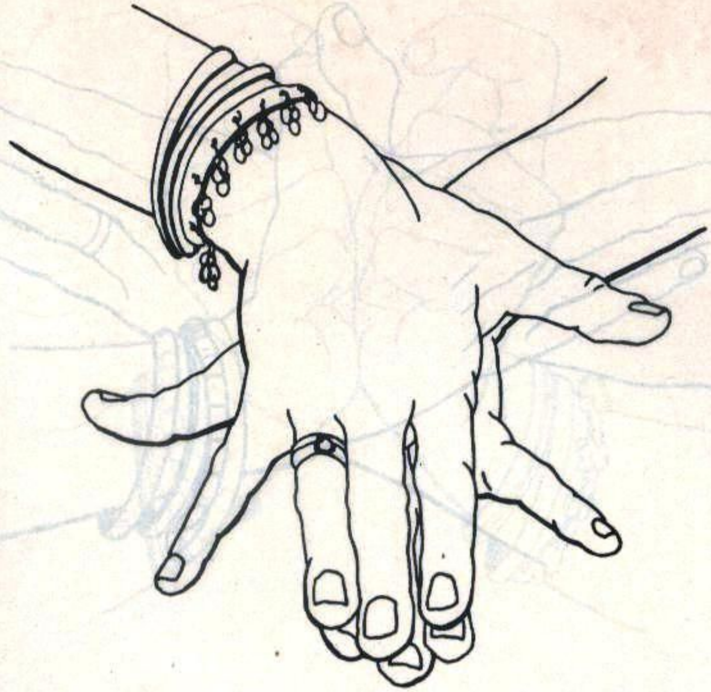
Laço de Amizade

Definição
Quando os dedos mínimos se agarram e os dedos restantes de ambas as mãos estão curvados, esta mudrã é chamada de "laço de amizade" ou Kilaka.
Significado
Inclinação, cuidado amoroso, conversa engraçada.

41. Matsya

O Peixe

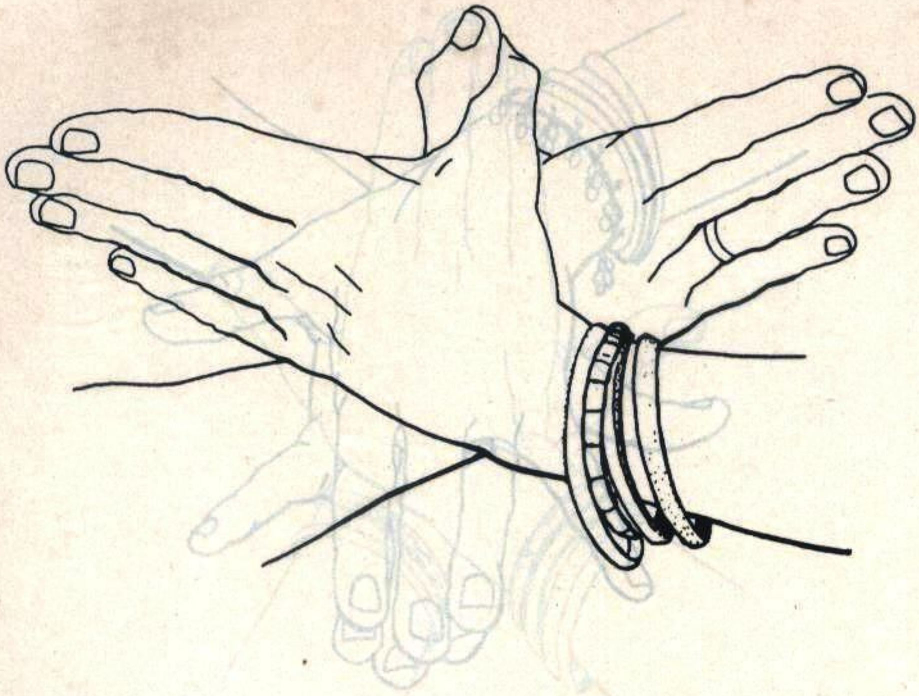
Definição
Quando a palma de uma das mãos está sobre as costas da outra e os dois polegares estão esticados para fora, esta mudrā chama-se peixe ou Matsya.
Significado
Peixe, símbolo da primeira encarnação de Vishnu.



42. Kurma

A Tartaruga

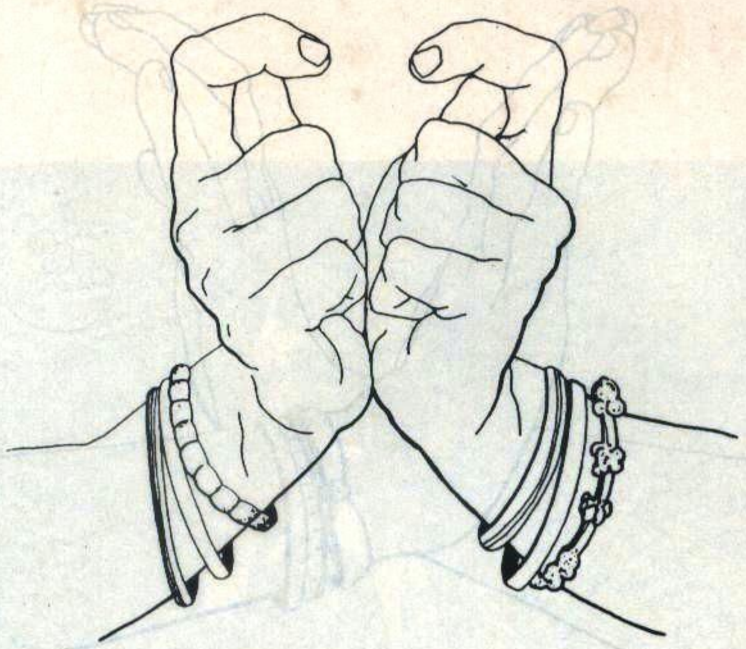
Definição
Do gesto do peixe (Matsya) forma-se Kurma-Mudrã, o gesto da tartaruga, em que os dois dedos mínimos são esticados para cima.
Significado
A tartaruga, símbolo da segunda encarnação de Vishnu.



43. Garuda

O Pássaro Místico

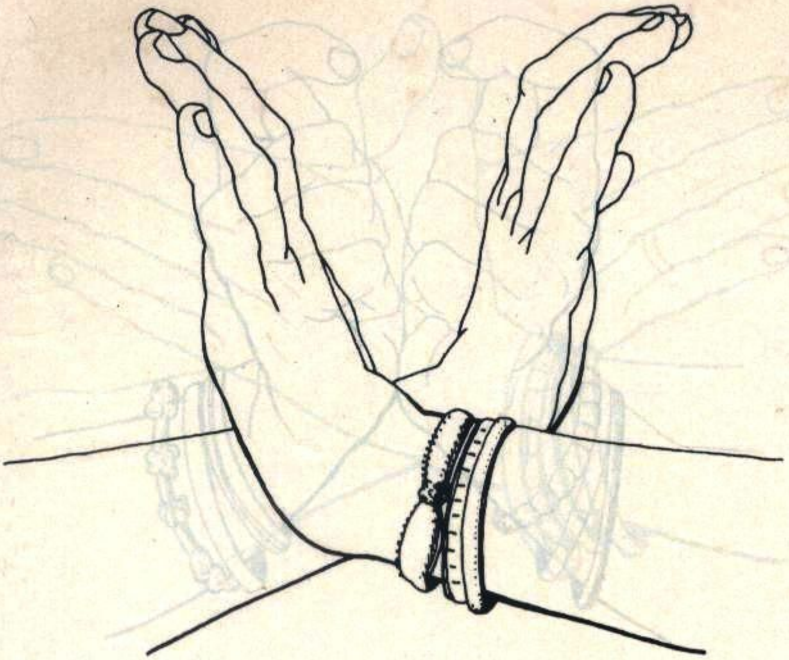
Definição
Quando as palmas das mãos do gesto da meia-lua (Ardhachandra) estão voltadas para dentro e os polegares se tocam, chama-se a esta mudrā "o pássaro místico Garuda".
Significado
Garuda, o rei das aves, inimigo das serpentes, animal de montaria de Vishnu.



44. Bherunda

Bherunda, a ave mitológica de duas cabeças

Definição
Quando as mãos que executam o gesto da árvore dos macacos (Kapittha) se tocam nos pulsos, esta mudrã simboliza Bherunda, a ave mitológica com duas cabeças.
Significado
A ave Bherunda, ou o rei das corujas ou uma criatura mística do folclore bengali, um casal de aves.



45. Nagabandha

O Laço de Serpentes

Definição
Quando as mãos que executam o gesto da cabeça de cobra (Sarpashirsha) se cruzam na altura do pulso, chama-se a esta mudrā de laço de serpentes ou Nagabandha.
Significado
Um casal de serpentes que devoram uma à outra, símbolo da fertilidade.

A mão direita da dançarina mostra uma forma estilizada da Mudrā-Kapittha.

Na postura da dançarina, a mão direita está em Mudrā-Katakamukha; a esquerda, em Mudrā-Alapadma.

Ambas as mãos estão em Mudrā-Pataka.

Dançarina de um teatro de marionetes indiano
(História de Amar Singh Rathore, Rajasthan)

Mudrās que Simbolizam as Diversas Castas

Brâmanes

As duas mãos em Shikhara-Mudrā (10) simbolizam o nó sagrado dos nascidos duas vezes.

Kshatriyas

A mão esquerda em Shikhara-Mudrā (10) horizontal, a mão direita em Pataka-Mudrā (1).

Vaishya

A mão esquerda em Hamsasya-Mudrā (23), a mão direita em Katakamukha-Mudrā (12).

Shudras

A mão esquerda em Shikhara-Mudrā (10), a mão direita em Mrigashirsha-Mudrā (17).

No Rigveda (1500-1000 a.C.), as diferentes castas já são mencionadas na famosa canção Purusha. Lá está dito que os sacerdotes (brâmanes) surgiram da boca do homem primordial, os guerreiros (Kshatriyas) dos braços, os agricultores (Vaishyas) das coxas e os Shudras (habitantes originais) dos pés.

Mas foi na época do Yajurveda (1000-750 a.C.) que o sistema de castas realmente entrou em cena, passando em seguida a ganhar cada vez mais influência. Os indogermânicos, que estendiam sua área de dominação cada vez mais para leste, chegando até o delta do Ganges, introduziram a divisão em diversas castas ou Varnas (Varna = cor). Para manter-se pura, a camada de senhores e conquistadores arianos de pele clara numericamente inferior segregou-se dos Sudras de pele escura.

O grupo social dos brâmanes era seguido na hierarquia pelas castas dos guerreiros e príncipes seculares, vindo em seguida os criadores de gado e os camponeses e, finalmente, os Shudras, que tinham que servir aos outros. Somente os que pertenciam à casta superior tinham o direito de ostentar o título honorífico de Arya (puro).

A posição similar à dos deuses assumida pelos brâmanes foi justificada pelo fato de somente eles possuírem o conhecimento sagrado e estarem em condições de conduzir os complicados procedimentos sacrificiais dos quais dependia o bem de toda a sociedade. Os membros da casta brâmane deviam percorrer quatro Ashramas (estágios da vida). O primeiro estágio era o de discípulo (Brahmacharya), que aprendia o conhecimento sagrado com um guru. O discípulo submete-se incondicionalmente a seu mestre e faz o voto de castidade. Simbolicamente, ele é ligado a seu guru através do laço sagrado do nascido duas vezes, que lhe é concedido festivamente. Terminada a etapa de aprendizado, ele entra no estágio de vida de pai de família (Grihastha). O discípulo constitui uma família e dedica-se a uma profissão, sem com isso negligenciar a continuação do estudo dos Vedas. O jovem pai de família goza das alegrias e sofrimentos da vida de casado (Kama) e preocupa-se com as propriedades materiais (Artha), para que possa manter sua família de maneira correspondente à sua posição social (Jati).

Quando o pai de família fica velho, ele se afasta da propriedade (Artha), da vida matrimonial (Kama) e dos deveres sociais (Dharma) e, sozinho ou com a esposa, retira-se como eremita para a floresta (Vanaprastha). Ele abdica de todos os papéis desempenhados no passado e dedica-se ao caminho interior.

No quarto e último Ashrama, o do mendigo errante sagrado (Sannyasa), o peregrino sem lar, a partir de então calvo, perambula vestido apenas com uma tanga, bastão de pedinte e tigela de esmolas na mão. Liberado dos papéis terrenos, ele vive com o si-mesmo eterno.

A divisão das castas conservou sua validade como moldura da sociedade hindu tradicional até a nossa época. No decorrer do tempo ocorreu uma subdivisão cada vez mais abrangente em numerosas subcastas cujos respectivos membros vivem rigidamente separados uns dos outros.

As Mudrās dos Três Deuses Principais e suas Mulheres

Brahma

A mão esquerda em Chatura (21), a mão direita em Hamsasya (23).

Vishnu

Ambas as mãos em Tripataka (2).

Shiva

A mão esquerda em Mrigashirsha (17), a mão direita em Tripataka (2).

Sarasvati
A mão esquerda em Suchi (13), a mão direita em Kapittha (11).

Lakshmi
Ambas as mãos em Kapittha (11) à altura dos ombros.

Parvati
Uma das mãos em Pataka (1), a outra pende para baixo ao lado do corpo.

Mudrās que Descrevem os Planetas

Sol
Mão esquerda em Alapadma (20), mão direita em Kapittha (11); ambas as mãos estão à altura do pescoço.

Lua
Mão esquerda em Alapadma (20), mão direita em Pataka (1).

Marte
Ambas as mãos em Mushti (9).

Mercúrio
Mão esquerda em Mushti (9), horizontal; mão direita em Pataka (1).

Júpiter
Ambas as mãos em Shikhara (10); a mão direita está na posição horizontal.

Vênus
Ambas as mãos em Mushti (9); a mão direita está erguida, a esquerda abaixada.

Saturno
A mão esquerda em Shikhara (10), a mão direita em Suchi (13).

Mudrās que Simbolizam os Membros da Família

Parceiro
A mesma mudrā que a da casta Shudra.

Mãe
Mão esquerda em Ardhachandra (6), apoiada sobre a barriga, mão direita em Sandamsha (25).

Pai
Mão esquerda em Ardhachandra (6), mão direita em Shikara (6).

Sogra
Mão direita sobre o pescoço em Hamsasya (23), a mão esquerda em Sandamsha (25) roça a barriga.

O irmão do marido
Mão esquerda em Shikhara (10), mão direita em Kartarimukha (4).

O irmão mais velho
Ambas as mãos em Mayura (5).

Filho
A mão esquerda em Shikhara (10), a direita em Sandamsha (25), que a princípio repousa sobre a barriga, sendo então retirada rapidamente.

Nora
A princípio são executadas as mudrās que caracterizam o filho, assumindo então a mão direita a posição de Mrigashirsha (17).

Uma Lenda da Vida Familiar de Shiva

As figuras seguintes mostram como o dançarino indiano consegue dar expressão a uma lenda apenas através das posições das mãos e dos movimentos dos olhos. A lenda fala de Shiva, que manda sua bela mulher Parvati banhar-se no rio para, sem ser perturbado, poder abraçar a deusa fluvial Ganga, que se escondeu em seus cabelos. Assim que Parvati não está mais à vista, ele também manda seu filho Ganesha brincar. Parvati, que entretanto desconfia do marido, retorna surpreendentemente cedo de seu banho, e Shiva mal tem tempo de esconder Ganga em suas madeixas e assumir a posição sentada de meditação. Com grande diplomacia, ele consegue acalmar a irada e ciumenta Parvati e recuperar a confiança do filho.

1. Shiva: "Mulher desconfiada!"
(Parvati vai banhar-se no rio e deixa Ganesha, seu filho, com o pai.)

2. Shiva: "Você pode ir brincar, Ganesha, o pai está ocupado."

3. Shiva: "Oh, Ganga, saia de meus cabelos!" (Ganga, a deusa fluvial, tinha-se escondido em seus cabelos.)

4. Shiva: "Oh, você é a própria beleza; que êxtase tê-la em meus braços na ausência da aborrecida Parvati."

5. Shiva: "Oh, meu Deus, Parvati volta surpreendentemente cedo de seu banho."

6. Parvati: "Eu senti que ele queria me enganar. Mas que fria estava a água."

7. Shiva: "Bobagem. Eu já havia mergulhado em profunda meditação. Mulher desconfiada!"

8. Parvati: "Então você está meditando; e onde está o nosso filho Ganesha?"

9. Shiva: "Venha aqui, meu doce Ganesha!"

10. Ganesha: "O pai me mandou embora enquanto você tomava banho. Eu não quero mais ficar com ele."

11. Final feliz: Shiva, como marido e pai fiel, abraça a esposa e oferece um doce a Ganesha.

Capítulo 2

AS MUDRĀS NA ICONOGRAFIA HINDU

As várias mudrās e hastas (posições dos braços) da iconografia, que podem ser diretamente atribuídas à arte da dança clássica indiana, juntamente com as posições corporais (āsanas) e os atributos, fazem parte dos sinais de diferenciação das numerosas divindades. As esculturas dos deuses, que foram criadas segundo normas fixas escritas, juntam-se aos diversos atributos, gestos, penteados, às vestimentas e às jóias em uma imagem total harmônica, dirigida ao crente e que lhe deve revelar o divino. Nas posições manuais místicas o crente lê não apenas o poder e a capacidade de uma divindade adorada, mas também uma determinada expressão de sentimento.

Posições das mãos com cujo auxílio os deuses seguram um atributo devem ser separadas das mudrās propriamente ditas. Os numerosos atributos simbólicos que estão associados às divindades informam com clareza sobre o âmbito de poder e as características dos deuses. Em alguns casos no entanto, onde se prescinde da representação de um atributo, fundem-se os significados de mudrā e atributo. Através de uma determinada posição de mão ou braço, o próprio atributo é simbolizado.

Enquanto as mudrās, que são executadas por uma das mãos (a esquerda ou a direita) ou pelas duas, se concentram sobretudo na posição dos dedos, as hastas designam complexas posturas de braços e mãos. Sendo também as posturas das mãos na iconografia semelhantes em muitos aspectos àquelas da linguagem gestual da dança, elas formam a outra ponta das duas diferentes maneiras de expressão religiosa. Enquanto na linguagem da dança uma mudrā é um símbolo em movimento que só pode ser compreendido em função da evolução dos movimentos e contexto passados, aquilo que é expresso através de uma mudrā iconográfica já está contido na postura.

O Gesto da Proclamação dos Ensinamentos (Chin-Mudrā)

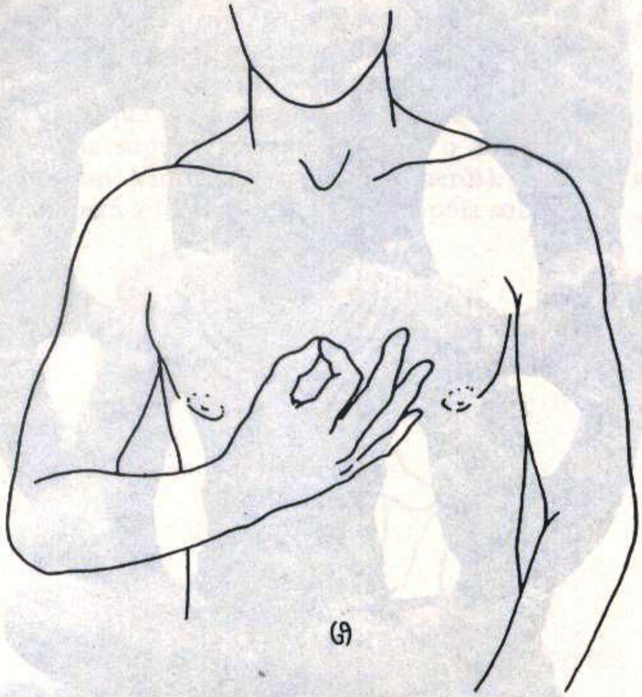
Este gesto, em que o polegar e o dedo indicador se tocam, estando os outros dedos esticados, simboliza o poder de julgamento

e comprovação da divindade. Caso a divindade estenda a mão em direção ao observador, então ela quer instruí-lo, ou seja, ensiná-lo. Nas esculturas budistas, esse gesto é designado de "Gesto da exposição da doutrina ou da discussão". Polegar e indicador formam a roda da doutrina.

A reprodução na página 91 mostra Shiva como anunciador e senhor do conhecimento (Jnana-Dakshina-Murti), cuja mão direita projetada para a frente executa o gesto da anunciação da doutrina. Os atributos do anunciador da doutrina são o rosário (na mão direita superior), que simboliza o eterno ciclo do tempo, e o fogo (na mão esquerda superior), que simboliza o aniquilamento do mundo. Shiva está em Virāsana (assento do herói), em que a perna direita se estende para a terra e a esquerda se apóia sobre ela.

Shiva como divulgador do conhecimento (sul da Índia, séc. XIV).

O Gesto da Sabedoria (Jnana-Mudrā)



Ao contrário do gesto da anunciação da doutrina, este gesto não se dirige aos crentes, simbolizando exclusivamente a sabedoria de Deus. A mão tampouco é estendida em direção ao observador, ficando diante do peito à altura do coração.

O Gesto da Meditação (Dhyani-Mudrā)

A postura manual em que a mão direita descansa sobre a palma da mão esquerda simboliza a meditação profunda, e só é executada junto com a posição sentada de meditação (Padmāsana), em que as duas pernas estão cruzadas de tal forma que as pontas dos dedos dos pés tocam o lado interno da parte superior das coxas e as plantas dos pés estão voltadas para cima.

As três reproduções seguintes mostram Brahma, Vishnu e Shiva em meditação profunda, com as duas mãos inferiores executando o gesto de submersão.

Brahma

Vishnu

Shiva

O Gesto da Promessa de Proteção (Abhaya-Mudrā)

O gesto em que a mão direita está erguida com a palma voltada para a frente é designado como gesto da promessa de proteção ou da ausência de medo. Ela promete proteção ao crente, livra do medo e afasta o mal. Esta postura das mãos, um dos gestos favoritos das divindades, é encontrado em muitas representações de divindades.

A reprodução na página 94 mostra Vishnu sob forma andrógina como Ardhanarisvara, uma representação em que ele e sua esposa Parvati estão unidos numa única figura. Sob esta forma, ele simboliza a ligação íntima da dualidade dos sexos como princípio básico do ser. Shiva segura em sua mão esquerda superior um espelho, que simboliza tanto a sabedoria como a vaidade. A mão direita inferior executa o gesto da promessa de proteção. Em sua mão direita superior, como sinal de seu poder e força divinos, ele segura um machado, com cujo auxílio aniquila toda ignorância e quebra todos os grilhões que prendem o homem ao aqui e agora. A reprodução da página 95 mostra Sarasvati, a deusa da poesia, que originalmente era considerada esposa de Vishnu junto com a deusa fluvial Ganga. Como, evi-

dentemente, as duas muitas vezes provocassem cenas de ciúmes, Vishnu entregou Ganga a Shiva, e Sarasvati a Brahma. Sarasvati ergueu a mão direita no gesto de promessa de proteção, e com a esquerda segura um livro, símbolo da sabedoria.

Vishnu (sul da Índia, séc. XVIII)

Sarasvati

Shiva

O Gesto de Atendimento de um Desejo (Varada-Mudrā)

A mudrā em que a mão esquerda mostra a palma voltada para baixo é designada como "gesto do atendimento de um desejo" ou "gesto de misericórdia". Freqüentemente a divindade o executa paralelamente ao gesto da promessa de proteção. Esta postura das mãos, que mostra que a divindade está disposta a atender um desejo do crente, é um dos gestos preferidos na iconografia indiana.

A reprodução na página 96 mostra Ganesha, o deus com cabeça de elefante, uma das divindades indianas mais populares, executando esse gesto. O deus, barrigudo, baixinho e de pernas curtas, símbolo da felicidade e da sabedoria, é geralmente considerado como sendo filho de Shiva e Parvati. Imagens de Ganesha, designado também como "O que vence todos os obstáculos", passam a existir a partir do quinto século depois de Cristo. Na iconografia, ele é mostrado como tendo quatro ou seis braços. Suas mudrās características são o gesto da promessa de proteção e o do atendimento de um desejo. O alegre e afetuoso Ganesha sempre é representado com uma grande barriga, que indica prosperidade e riqueza. Em geral, sua tromba pende para o lado esquerdo, servindo-se de uma tigela com doces que ele segura com a mão esquerda inferior. Como atributos, ele traz frutas, uma tigela com doces, rosários, laços, machado e clava.

A reprodução a seguir mostra Shiva junto com sua esposa Parvati, a qual com a mão esquerda executa o gesto do atendimento de um desejo, segurando uma flor com a direita. Shiva executa com a mão direita inferior o gesto da promessa de proteção e, com a esquerda inferior, a Kapittha-Mudrā. (Esta é uma variação do gesto reproduzido na página 41.) Suas mãos superiores seguram o antílope, que personifica a natureza, e o machado, como sinal de seu grande poder e força divinos. A representação de Shiva com sua Shakti Parvati é considerada como a personificação dupla do absoluto.

Ganesha

Shiva e Parvati (sul da Índia, séc. XV)

O Gesto de Adoração e de Saudação (Anjali-Mudrā)

Este gesto, em que as pontas dos dedos se tocam e as palmas das mãos formam uma pequena cavidade, expressa a mais profunda adoração. Na iconografia, são mostrados geralmente com este gesto divindades subordinadas, santos e adoradores de deuses. Na vida cotidiana dos hindus, este gesto é utilizado universalmente como gesto de saudação. Uma variação da Anjali-Mudrā é formada pela Ardhanjali-Mudrā, em que somente uma das mãos é mantida diante do peito.

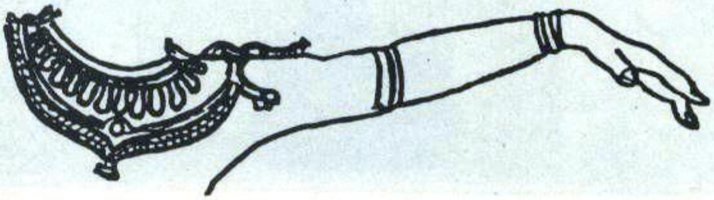
A reprodução abaixo mostra uma adoradora de um deus, e a reprodução na página 98 um iogue executando o gesto de adoração.

Adoradora de um deus (sul da Índia, séc. XVI)

Iogue em gesto de veneração (sul da Índia)

O Gesto da Asa (Arala-Mudrā ou Pataka-Hasta)

Esta postura, em que o braço está esticado horizontalmente em relação ao ombro, expressa, assim como o gesto do elefante, força e poder. A reprodução na página 99 mostra o Krishna dançando com o gesto da asa.



Krishna (sul da Índia, por volta do séc. X)

O Gesto do Elefante (Gaja-Hasta)

A postura em que o braço está esticado transversalmente sobre o peito e a mão dobrada apontando para baixo é característica, sobretudo das representações de Shiva dançando. Esta postura do braço, que expressa força e poder, deveria lembrar a tromba do elefante.

A reprodução seguinte mostra Vishnu executando este gesto.

Vishnu (sul da Índia)

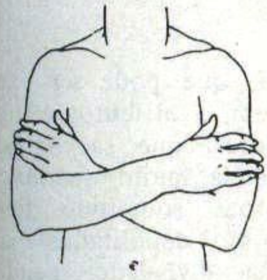
O Gesto de Ameaça (Tarjani-Mudrā)

Este gesto, em que o dedo indicador esticado aponta para cima, expressa advertência ou doutrinação. As reproduções nas páginas 99 e 100 mostram Krishna e Vishnu executando este gesto.

O Gesto de Ordem (Suchi-Mudrā)

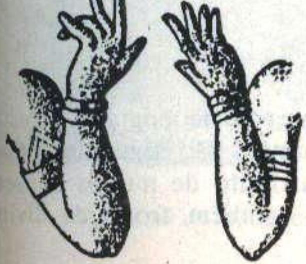
O gesto em que o dedo indicador aponta para baixo simboliza o estar livre das coisas concretas. A divindade representada com esta mudrā aponta para um objeto imaginário que deve ser imaginado pelo próprio crente.

O Gesto dos Braços Cruzados (Hastavastika)



Quando uma divindade é representada com os braços cruzados sobre o peito, ela expressa a mais profunda entrega religiosa, estando subordinada a outra divindade.

O Gesto de Admiração (Vismaya-Mudrā)



A mudrā em que os antebraços e as mãos estão erguidos lateralmente em relação ao peito e os dedos estão levemente curvados expressa surpresa ou admiração.

O Gesto da Meia-lua com o Fogo (Ardachandra-Mudrā)

Este gesto, que é executado por uma divindade com ou sem o fogo, é uma postura característica das esculturas adoradas pelos adeptos das seitas shivaítas. O fogo simboliza o aniquilamento do mundo, que é destruído pelas chamas ao final de cada era.

O Gesto que é Executado Segurando o Tambor (Damaru-Mudrā)

O tambor, um atributo de Shiva, é segurado pelos dedos indicador e mínimo esticados. Esta mudrā também pode ser executada com ou sem o atributo.

O Gesto com o qual se Segura um Botão (Kataka-Hasta)

Esta mudrā, que pode ser executada com ou sem o atributo, é típica para segurar flores, que são consideradas uma oferenda muito querida pelos deuses. Botões, sobretudo de lótus e de lírio, são depositados diante da escultura da divindade, penduradas sobre esculturas ou colocadas na mão destas.

A flor representada com mais freqüência na iconografia é o lótus indiano, cujos botões vermelhos ou brancos são segurados pelas longas hastes. O lótus, que é não apenas atributo de muitos deuses, e especialmente de deusas, é considerado também trono da divin-

dade, simbolizando pureza, beleza e frescor na criação que se renova eternamente.

As duas reproduções seguintes mostram Devi e Parvati em graciosa postura com Kataka-Hasta. Devi (grande deusa), além disso, segura uma flor na mão esquerda, que executa este gesto. Desde a poesia épica, o nome Devi refere-se a todas as grandes deusas que acompanham as divindades masculinas. Devi, a grande mãe, é considerada símbolo das energias criadora e cósmica, sem as quais o masculino contemplativo não pode exibir-se.

Devi (sul da Índia, séc. XV)

Parvati (sul da Índia, séc. X)

A Postura de Braços da Descontração (Katyvalambita-Hasta)

Esta postura dos braços, em que a mão esquerda descansa no quadril ou na parte superior da coxa de uma divindade em pé, é freqüentemente encontrada quando esta é representada sem atributos. Nas reproduções que se seguem abaixo estão representados Durga e Hari-Hara com a postura de braços da descontração.

Durga, a de difícil acesso, é considerada uma das deusas mais poderosas, que concentra em si energias destrutivas e doadoras de vida. Sob a forma caridosa, ela é em muitos aspectos comparável a Parvati, a esposa de Shiva. Nos cultos shivaítas, ela é vista como a Shakti de Shiva; nos vishnuítas, como irmã de Krishna. Entre seus atributos estão o caracol, a roda e muitas armas, que lhe foram concedidas por vários deuses. Hari-Hara mostra a união de Shiva e Vishnu, em que a metade direita representa Shiva e a esquerda Vishnu. Hari-Hara simboliza não apenas a união de tempo e espaço, mas expressa também a tentativa de unir uma com a outra as doutrinas dos shivaítas e dos vishnuítas.

Hari-Hara

Durga

O Braço que Dorme (Nidrata-Hasta)

A postura de braço em que a palma da mão apóia-se no chão e o braço está estendido é designada como "braço que dorme". Esta pose cômoda expressa a postura descansada da divindade.

A reprodução seguinte mostra Parvati com a postura do braço que dorme.

Parvati (sul da Índia, séc. X)

Dola-Hasta

Esta graciosa postura de braços em que um braço pende relaxado com a mão levemente dobrada, é uma pose típica das deusas. A reprodução abaixo mostra Lakshmi, a deusa da beleza, da abundância e da felicidade nesta postura. Lakshmi, que originalmente era uma deusa da Terra, é considerada já na poesia épica esposa de Vishnu. Ela teria surgido em todo seu esplendor do mar de leite como uma das "catorze preciosidades". A amistosa mãe primordial que concede a vida aparece em várias encarnações na Terra, como seu marido. Como Sita, a firme e fiel esposa dada a Rama, ela se tornou a essência indiana de uma figura feminina ideal.

Lakshmi (sul da Índia, séc. XVII)

Capítulo 3

OS SÍMBOLOS DAS MÃOS DE BUDA

O significado espiritual das mãos encontrou sua expressão perfeita na arte budista, que do II ao IV século passou por uma fase de acentuada riqueza formal. Para representar determinados episódios da vida de Buda e sua doutrina os artistas utilizaram seis gestos de mão que se tornaram símbolos iconográficos. No decorrer dos séculos, os Budas e Bodhisattvas representados iconograficamente com seus gestos simbólicos e atributos propiciaram o estado de espírito próprio da meditação e criaram uma profunda atmosfera de crença.

Na arte budista primitiva não havia nenhuma representação plástica do Buda. A iconografia da época primitiva representava acontecimentos da vida do Buda antes da iluminação ou episódios da lendária existência anterior do Perfeito. Os primeiros budistas tinham medo de dar a Gautama Buda, que pregara a extinção de tudo o que fosse formal, uma segunda forma através da arte, uma figura que sobrevivesse ao corpo.

As representações plásticas do Gautama Buda retrocedem até os helenos, aos quais era impossível adorar um deus do qual eles não podiam fazer imagens. As conquistas de Alexandre o Grande, que em 325 a.C. chegaram até a Índia, abriram o caminho da Ásia para a cultura grega. Ainda que a campanha de Alexandre na Índia não tenha tido conseqüências diretas e que seu nome tenha caído rapidamente no esquecimento, ele levou a ideologia helenística a essa parte do mundo e com isso disseminou sementes que séculos depois produziriam muitos frutos, sobretudo na arte.

Na arte Gandhara (no norte do Paquistão), a dependência do sentimento formal helenístico é claramente visível. Nos Budas Gandhara unem-se como por mágica a mística da doutrina budista com a clareza apolínea dos helenos.

Nos monumentos não-indianos dos Budas Gandhara suas figuras são algo atarracadas, seus clássicos perfis mediterrâneos, seus cabelos ondulados atados em um nó (estes penteados são um Ushnisha mal-compreendido, a saliência na cabeça do Buda que simboliza a sabedoria) e o manto que pende dos ombros, semelhante a uma toga.

Os suaves contornos das faces, as pálpebras pesadas, os longos lóbulos das orelhas e o ponto luminoso entre as sobrancelhas (Urna) são traços característicos indianos e correspondem às descrições das escrituras.

A arte de Mathura (ao sul de Delhi) considerava Buda como sendo um descendente dos tradicionais Yakshas (espíritos da natureza) nativos. Seu rosto, semelhante ao de um manequim, é liso e sorridente, os olhos são salientes e estão muito abertos. Sua cabeça calva é coroada por um chinó enrolado em forma de turbante, que no entanto em seguida foi estilizado em uma saliência (Ushmisha).

No século I d.C., desenvolveu-se no nordeste do Dekkhan, em Andra, o encantador estilo Amaravati. Os artistas de Amaravati dão preferência a composições circulares extraordinariamente sólidas; nelas, as numerosas imagens do Buda exercem um efeito surpreendentemente dinâmico. Os estilos de Gandhara, Mathura e Amaravati prepararam o florescimento da arte indiana clássica.

A Vida de Buda entre a Realidade e a Lenda

Sabemos pouco sobre o Buda histórico. Ele deve ter vivido entre 560 e 600 a.C. Não faltam descrições da vida do Gautama Buda, mas essas biografias têm um caráter fortemente lendário, de forma que se torna difícil separar a verdade do mito.

Para o budista, que acredita na reencarnação, é óbvio que Gautama ou Shakyamuni (que quer dizer sábio da tribo dos Shakyas) não aparecera no mundo pela primeira vez. Como qualquer outro, ele já tinha passado por vários nascimentos e vivenciado o mundo como animal, ser humano e deus. Buda já teria feito uma boa ação sob a forma de coelho. Ele mesmo conta de sua vida sob a forma de coelho em uma floresta de montanha: "Eu comia grama e ervas, folhas e frutas e não causava mal a nenhum ser. Um macaco, um chacal, uma jovem lontra e eu, vivíamos próximos uns dos outros. . . Mas eu os instruía quanto aos deveres e os ensinei o que era bom e o que era mau: mantenham-se longe do mal, aproximem-se do que é bom." – Mas isso não é tudo. O piedoso coelho também observava rigidamente os dias festivos: "Nos feriados, quando eu via a lua cheia, eu dizia a eles: 'Hoje é feriado. Preparem presentes, para que suas preces sejam atendidas. . . e festejem o feriado em jejum!' Então eles disseram: 'Assim seja', e eles prepararam as dádivas de acordo com suas forças e posses. . .

Um dia, no entanto, chegou à floresta um brâmane faminto, e como não lhe era permitido matar um animal, o coelho decidiu sacrificar a si mesmo. . . Eu doei todo meu corpo com todos os membros ao brâmane."[7]

7. Citado por Lehmann, Johannes, *Buddha – Leben, Lehre, Wirkung*, pp. 114, 115.

Durante todos seus renascimentos, Buda compartilhou do destino comum a todos os seres vivos. Sua viagem deve ter sido muito lenta, pois a perfeição espiritual de um Buda não pode ser o resultado de uma única vida.

Nascimento, Infância e Juventude de Buda

A figura do Gautama Buda foi se tornando cada vez mais entremeada de uma quantidade de lendas tal que de fato desfigurou seu aparecimento, modificando-a como símbolo. E assim, muitos séculos após a morte de Buda, a lenda também transformou seu nascimento natural em prodígio. Narra-se que Maya, a esposa do rei Shuddodana, da nobre tribo dos Shakyas, viu em sonho um elefante branco que a penetrou. Após dez meses de gravidez, ela deu à luz o futuro Buda no parque Lumbini, a residência de verão da casa real. "Saindo de seu lado direito, o Todo Misericordioso não causa nem medo nem dor à mãe. . . surgindo lentamente do útero materno, ele irradiou sua fama em todas as direções. . . calmamente ereto, e não caindo de cabeça, de aparência gloriosa, magnificamente enfeitado, irradiando luz – assim ele deixou o útero materno, como o sol nascente."[8]

Quando de seu nascimento, um brilho maravilhoso encheu todo o universo, os deuses rejubilaram-se e enalteceram a criança. O sábio Asita profetizou que ou ele se tornaria um grande imperador ou se retiraria do mundo e se tornaria um Buda. O nascimento de Buda trouxe riqueza a todo o país: elefantes, cavalos, carros, vasos preciosos e muito mais. O primeiro nome do jovem príncipe era Siddhartha, aquele que atingiu seu objetivo. Muitas vezes ele é chamado também de Gautama, o nome de um vidente, ou Shakyamuni, o eremita da tribo dos Shakyas.

Como sua mãe morresse sete dias depois do seu nascimento, o menino foi criado por uma irmã. Ele cresceu na abastança, longe dos sofrimentos e misérias do mundo.

Seu pai mantinha longe dele tudo o que pudesse lembrar o sofrimento da existência, esperando naturalmente que seu filho se tornasse um grande senhor do mundo e não um asceta distante das coisas terrenas, como Asita havia profetizado. Siddhartha desposou uma jovem aristocrata com quem levou uma vida feliz no palácio de seu pai até seu 29º ano de vida.

A Lenda dos Quatro Passeios

Esta lenda conta que um dia Siddhartha expressou o desejo de dar um passeio pelos jardins reais, e seu fiel cocheiro Chandaka

8. Citado por Lehmann, p. 13.

ordenou que o carro fosse atrelado e se dirigisse à cidade. No caminho, ele encontrou um ancião encarquilhado que, devido à sua debilidade, mal conseguia caminhar ereto. O príncipe, que nunca tinha visto uma pessoa desse tipo, perguntou ao cocheiro o significado daquela aparição e recebeu a seguinte resposta: "A transformação da aparência, a decadência da energia vital, o aumento das preocupações, o desaparecimento do desejo, o embotamento do espírito, a fraqueza dos membros são sinais daquilo que se chama velhice. O homem foi uma vez um bebê que se alimentava no seio da mãe, e então, cheio de sede de viver, um belo adolescente. . . mas com os anos surge a decadência do corpo, e agora ele está devastado pela velhice."[9]

Quando Siddhartha saiu uma segunda vez, avistou um doente que gritava de dor. Novamente ele perguntou ao cocheiro o que era aquilo, e ficou sabendo: "Em todo o mundo as pessoas encontram justamente este destino; o corpo de cada um tem de suportar a doença, o dos ricos e grandes bem como o dos pobres e limitados."[10]

Num terceiro passeio, ele encontrou um cortejo fúnebre e, cheio de compaixão, percebeu os gemidos e o choro dos familiares. Ao perguntar se somente aquele teria morrido ou se havia no mundo outros a quem o mesmo teria sucedido, foi-lhe respondido: "Em todos os lugares encontra-se o mesmo, quem entra na vida igualmente a deixa. Em sua meia-idade, ainda forte e disposto, ele caminha inexoravelmente para a morte, porque ele tem um corpo."[11]

Em um quarto passeio, finalmente, ele encontrou um monge mendicante, cujo rosto no entanto estava alegre e brilhante como a lua cheia. Siddhartha então reconheceu aquilo a que estava destinado e decidiu seguir o caminho do exílio. Nem mesmo a notícia de que tinha tido um filho conseguiu fazê-lo desistir de seus propósitos. Depois de despedir-se silenciosamente da esposa e do filho recém-nascido que de noite dormia, ele montou seu cavalo e dirigiu-se à floresta acompanhado de seu servidor. Cortou seus longos cabelos, trocou as roupas principescas por uma roupa de mendigo e mandou seu servidor de volta ao palácio para informar sua inconsolável esposa de seus passos.

Os quatro encontros trouxeram uma mudança decisiva na vida de Buda e concluíram sua "biografia burguesa". "Jovem em anos eu, uma vez, no auge de minha energia juvenil de adolescente, com cabelos negros, no início da vida de adulto, fiz com que me cortassem os cabelos e a barba, vesti o traje de monge e saí de casa para o exílio, embora meus pais não o desejassem, embora derramassem lágrimas e chorassem."[12]

9. Citado por Lehmann, p. 40.
10. Citado por Lehmann, p. 41.
11. Citado por Lehmann, p. 41.
12. Citado por Lehmann, p. 26.

Em Busca do Conhecimento

Gautama tinha 29 anos de idade quando decidiu sair de casa. Durante seis anos ele errou pela floresta em busca da verdade. Em seguida ele se dirigiu ao asceta brâmane Arada Kalama e tornou-se seu discípulo. Como seus ensinamentos não o satisfizessem, Buda abandonou seu mestre e ligou-se a outro, o asceta Udraka. Mas tampouco com este ele encontrou o que procurava. Os ensinamentos dos ascetas brâmanes pareciam-lhe uma conseqüência de fórmulas rituais vazias, que não podiam satisfazer sua sede de conhecimento. Ele portanto abandonou Udraka e uniu-se a cinco ascetas que admiravam seus esforços rumo à perfeição e que se tinham juntado a ele no caminho de Uruvela, na província de Bihar, nas proximidades da atual Gaya.

Foi uma época de ascetismo estrito e imersão mística. Siddharta tentou alcançar a iluminação através da automortificação, de jejuns e de exercícios de contemplação. Em muitos dias ele comia apenas um grão de arroz e muitas vezes passava toda a semana sem dormir. Siddhartha ficou novamente decepcionado e reconheceu que o ascetismo não o aproximava da verdade. Mas eu não havia perdido minha força de vontade, nem minha inteligência, que continuava inquebrantável e inalienável; contudo, meu corpo se agitava, não tendo se acalmado através do doloroso ascetismo que me estimulava."[13]

Ele se dicidiu pelo caminho do "justo meio" e passou a considerar daí para diante condenável qualquer exagero. "Há dois fins, meus monges. Quais são esses fins? Um é a vida em desejos. . . O outro é uma vida em autoflagelação: isso traz sofrimento, é indigno, fútil."[14]

Quando seus cinco discípulos viram que Gautama tinha deixado o verdadeiro caminho do asceta, afastaram-se dele decepcionados e foram para Benares.

A Iluminação

Era, assim diz a lenda, uma noite de lua cheia na primavera quando Siddhartha, com 36 anos de idade, encontrou a iluminação. Enquanto estava sentado em postura de meditação sob uma figueira, ele finalmente alcançou a iluminação por que lutara durante sete anos. Siddhartha reconheceu que o sofrimento não pode ser superado através do sofrimento aplicado de livre e espontânea vontade. Não através de um esforço da vontade espasmódico, mas somente num estado solto, de relaxamento é que se pode proceder ao desenvolvimento da alma. A iluminação de Buda é o produto final de um

13. Citado por Lehmann, p. 50.
14. Citado por Lehmann, p. 58.

processo de esclarecimento inconsciente que somente pode emergir na consciência quando não mais está bloqueado por atos de vontade conscientes. Em estado de meditação pura, em que todo o movimento dos pensamentos é suspenso, desaparecendo qualquer abatimento, repentinamente veio ao Buda a iluminação.

O que aconteceu com ele foi presumivelmente um conhecimento semelhante a um raio, que o atingiu inesperadamente. Toda a doutrina do Buda remete-se a esta iluminação noturna na floresta. Relatos posteriores dividiram este acontecimento em fases individuais por motivos pedagógicos.

A história foi ainda ao mesmo tempo enfeitada de forma lendária através da luta com Mara, o deus do desejo sensual, o Mal. Conta-se que Mara desceu do céu para incentivar Buda a entrar imediatamente no Nirvana para com isso privar o mundo da doutrina libertadora. Ele arremessou raios, tormentas e tempestades contra Gautama; nada porém podia afetar o asceta em sua contemplação. O poder do mal não podia forçá-lo; ele rasgou o véu da inconsciência e viu a grande verdade. E assim ele se tornou o Buda, o Iluminado.

A Época da Doutrina

A iluminação de Buda sob a árvore Bodhi (árvore da iluminação) foi o início de um longo caminho em que ele abriu para a humanidade um novo mundo de verdade e de vida exemplar. Buda percorreu o país pregando para levar paz aos homens, que dela necessitavam tanto. O calor de sua compaixão irradia e emana de todas as descrições dos acontecimentos de sua vida que nos foram transmitidas. Ele sempre repetia que não era um deus nem um ser divino, mas uma pessoa como todas as outras. Ele ensinava que elas também podiam desenvolver-se assim, que em todas as pessoas vive o ser de um Buda. Ele exigia expressamente de seus adeptos que não tomassem sua doutrina das "quatro verdades" como tendo sido concedida por Deus, mas que a testassem sempre na vida cotidiana:

> Não acreditem em quaisquer tradições somente porque elas foram válidas em muitos países durante muito tempo. Não acreditem em algo somente porque muitos o repetem constantemente. Não acreditem em nada somente porque um outro o disse, porque se apóia na autoridade de um sábio ou porque está escrito em uma escritura sagrada. Não acreditem em nada somente porque é provável. Não acreditem em ilusões ou visões que vocês consideram ser de origem divina. Não acreditem em nada apenas porque a autoridade de um mestre ou de um sacerdote o recomenda. Acreditem naquilo que vocês reconhecem ser correto através de longos testes, naquilo que é compatível com o seu bem-estar e com o dos outros.[15]

15. Citado por Anderson, Walt: *Das offene Geheimnis*, p. 41.

Cad. 8

A Morte do Gautama Buda

Buda tinha oitenta anos de idade quando sentiu que seu fim se aproximava. Por mais de quarenta anos seus dias passavam divididos proporcionalmente em ensinar, meditar e calar, caminhar, mendigar e descansar. Qualquer dia podia ser trocado por outro. Não aconteceu nada que um biógrafo tivesse podido anotar. O que ficou daqueles anos foram conversas e discussões que seus alunos reuniam e passavam adiante. Somente os últimos meses de sua vida voltam a ser representados em uma descrição de fatos inter-relacionados. É o relato de sua última peregrinação de Rajagaha a Kusinara e a descrição de sua entrada definitiva no Nirvana.

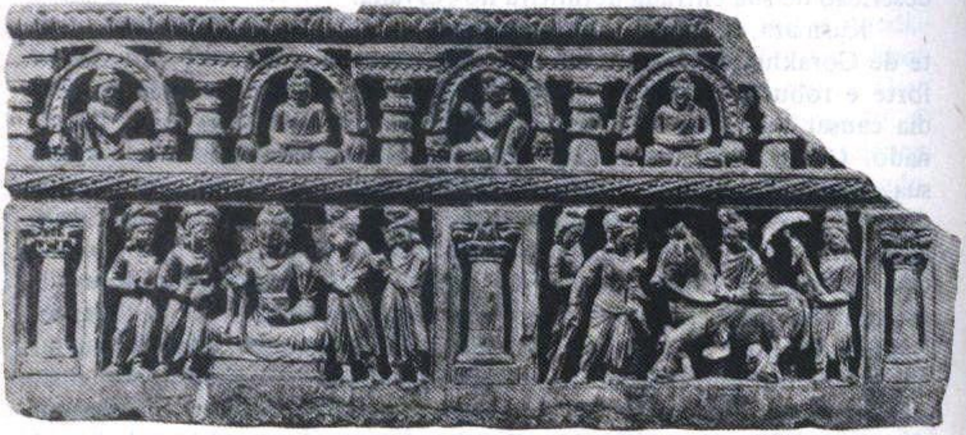
Kusinara, a atual Kasia, cerca de cinqüenta quilômetros a leste de Gorakhpur, foi a última estação alcançada pelo Iluminado. Ainda forte e robusto de corpo e espírito, parecia que a velhice não lhe podia causar qualquer mal. Mas o tempo de sua existência tinha terminado. Quando chegou o momento, Buda anunciou aos mais jovens sua morte iminente e então dirigiu-se lentamente para o norte, em direção a seu lar aos pés do Himalaia, que ele no entanto não mais alcançaria. Quando fez uma parada na localidade de Pava, hospedou-se com o ferreiro Chunda e comeu uma refeição com carne de javali, contraindo assim provavelmente uma intoxicação. Apesar de doente, Buda não quis permanecer em Pava, prosseguindo para Kusinara. Lá ele falou longamente a seus fiéis; esclarecendo-lhes a doutrina, ele os exortou a buscarem incessantemente a verdade. Ele deixou que Ananda, seu monge favorito, lhe preparasse o último leito no "Jardim do Regresso" e deitou-se como se deita um leão, sobre o lado direito, um pé sobre o outro, com a consciência clara, e mergulhou em profunda meditação. Nenhum dos presentes notou o instante em que o Buda passou da imersão para o silêncio eterno do Nirvana.

Sem qualquer agitação ele foi para o descanso,
O Senhor do Silêncio, que o separou de nós.
Com um espírito que estava livre do terreno
ele suportou serenamente a dor da morte,
como uma lâmpada que se apaga
seu espírito foi contemplar a libertação.[16]

Sete dias após a morte de Buda, os príncipes de Kusinara apresentaram suas homenagens ao corpo, cremando-o diante das portas da cidade com as mesmas honras devidas a um grande soberano. Diz a lenda que a pira sobre a qual o cadáver de Buda deveria ser cremado começou a queimar por si mesma e que durante a cremação um adorável perfume de jasmim inundou o ar.

16. Citado por Lehmann, p. 211.

Muito da doutrina do Sublime mostra uma surpreendente acessibilidade para aquela época. Buda pregava na linguagem popular pali e não em sânscrito, que dificilmente era compreendido e que guardava os ensinamentos dos Upanishades. Dessa maneira, ele pôde permitir o acesso de um número muito maior de pessoas aos pensamentos religiosos, coisa que não acontecia antes. Os pensamentos



Cenas da vida de Buda (estilo Gandhara, séc. II)

básicos de sua doutrina ganharam sua energia de transmissão através do registro de uma abundância de tradições plásticas. Ele abriu um caminho que levava à salvação, que não prescrevia nenhum rito complicado e que qualquer um podia seguir desde que se esforçasse para isso. Com isso, pela primeira vez na história do pensamento, uma religião mundial tornou-se realidade. Comparando-se a doutrina de Buda com as religiões posteriores da cristandade ou do Islã, o que caracteriza sua doutrina é que ela tinha em vista não apenas todos os homens, mas todos os seres vivos.

O que na Índia até então era verdade cuidadosamente guardada para os iniciados devia agora ser abertamente compartilhado por todos. Como a anunciação dirigia-se fundamentalmente a todos, Buda tinha desde o início fundado a comunidade de monges que deveriam disseminar a doutrina em peregrinações pelo mundo. Se o budismo também era único por ser uma religião sem deus nem serviço divino, ele não permaneceu assim por muito tempo. Já durante a vida de Buda muitos de seus adeptos tentaram divinizá-lo. Os nomes dados ao Buda nos textos antigos são quase inesgotáveis: o Perfeito, o Desperto, o Onividente, o Conquistador, o Mestre de Deu-

ses e Homens, o Melhor dos Homens, o Incomparável, e assim por diante.

Segundo a doutrina do Buda, orações, oferendas ou atos de culto não trazem a salvação, mas única e exclusivamente o conhecimento e a fé na própria força o fazem. Após a morte de Buda, a crença na salvação pelas próprias forças viu-se cada vez mais abalada. Os crentes clamavam pelo Deus auxiliador. Eles recorreram a Buda, que eles mesmos elevaram à figura divina, acima de todos os outros deuses. A crença na inteligência de Buda não era mais crença filosófica, mas crença no próprio Buda.

As últimas palavras de Buda, anteriores à sua morte, que nos foram transmitidas provam que ele não queria ligar o seu conhecimento com a sua pessoa:

> Não esperem nenhuma ajuda dos deuses; eles estão sujeitos à lei do karma como vocês; nascem, envelhecem e têm de morrer para tornarem a nascer. Eles não podem modificar seus próprios destinos. Esperem tudo apenas de vocês mesmos. Não esqueçam: . . . qualquer um pode atingir esse poder superior. . .[17]

As Principais Correntes do Budismo

A História do Budismo

Logo após sua iluminação, no ano de 528 antes de Cristo, Gautama Buda conseguiu ganhar como adepto de sua doutrina o mais poderoso soberano do norte da Índia. A religião budista foi assim aprovada pelo Estado e espalhou-se pela região do atual Nepal. Cerca de três séculos depois, com o imperador Ashoka (269-232 a.C.) começou a ascensão do budismo até tornar-se uma religião mundial. Ashoka, um dos grandes soberanos da história indiana, criou o primeiro império indiano, que uniu sob seu domínio todo o subcontinente com exceção da ponta sul. Ele elevou o budismo a religião principal em sua área de domínio e incentivou seus benéficos ideais humanos. Das regiões para onde Ashoka enviou missionários, principalmente a ilha de Ceilão, o atual Sri Lanka, foi uma aquisição valiosa para o futuro do budismo. É graças aos monges cingaleses que os discursos doutrinários do Buda, que até então eram transmitidos oralmente, foram registrados por escrito em folhas de palmeira.

Nos séculos seguintes, a expansão do budismo fez mais progressos. No noroeste da Índia até mesmo príncipes gregos, tais como Memandros (Milinda), adotaram essa crença. Um grande protetor foi

17. Citado por Percheron, Maurice: *Buddha*, p. 30.

o indosquita Kanishka (78-120), soberano de um Estado ao qual pertenciam os atuais Afeganistão, Caxemira e o noroeste da Índia.

Em 372 d.C., o budismo penetrou na China e na Coréia, e em 552 passou da Coréia para o Japão. No século VII ele já tinha se estabelecido em todas as partes da Ásia Oriental. No século V, a doutrina budista chegou a Java e Burma, de onde, entre os séculos IX e XI, expandiu-se para o resto do sudeste da Ásia. O Tibete acolheu a doutrina budista no século VII através do monge Padmasambhava. Embora tivesse permanecido apenas dezoito meses no Tibete, ele conseguiu ganhar para a doutrina grande parte da população.

Na Índia Ocidental, durante a segunda metade do século I, a crença budista foi sendo progressivamente reprimida pela contra-reforma do bramanismo ortodoxo e pelas seitas vishnuítas e shivaítas plenas de fervor religioso. Isso é compreensível se não se perder de vista que o budismo nunca foi a forma de crença exclusiva do reino indiano. Embora o budismo tivesse se expandido por todo o subcontinente, em muitas partes do país ele não tinha um número de adeptos significativo. Para ir de encontro ao desejo das massas, a história posterior do budismo passou a aproximar-se cada vez mais de pensamentos e costumes hindus. No entanto, esta adaptação levou finalmente a uma desagregação e à absorção do budismo pelo hinduísmo.

Nos séculos VIII e IX, o budismo estava restrito exclusivamente à sua província natal de Bihar e a Bengala. A partir daí, nos séculos X e XI, foram enviados missionários ao Tibete, onde deviam reavivar a crença budista.

A invasão maometana em Bihar, no ano de 1193, aplicou no budismo o golpe de misericórdia. Desde essa época o budismo somente tem adeptos isolados na Índia Ocidental. Hoje ele ainda está difundido em Orissa e em alguns Estados do Himalaia, especialmente no Nepal, onde produziu várias seitas.

Embora o budismo esteja praticamente extinto na Índia Ocidental, seu país de origem, ele conta com grande número de fiéis em Sri Lanka, o país com a mais longa tradição budista, na Índia Oriental, e na Ásia Central e Oriental, de forma que é preciso conceder-lhe um lugar proeminente entre as religiões mundiais.

O Hinayana e o Mahayana

Cem anos após a morte de Buda, os monges reunidos em um concílio já não podiam mais estar de acordo quanto a algumas modificações da doutrina. Uma minoria conservadora agarrava-se à "doutrina dos antigos", enquanto a maioria adotou as mudanças. Trezentos anos mais tarde desenvolveram-se, a partir dessas duas orientações, dois caminhos sagrados separados, o Hinayana (o Pequeno Veículo) e o Mahayana (o Grande Veículo).

A chamada "Antiga Escola da Sabedoria", o Hinayama, devido à sua idade e à tradição, corresponde o mais fielmente possível à doutrina de fato do Gautama Buda. As escrituras desta escola foram transmitidas pelo chamado Palikanon, que foi anotado no século I a.C. no Ceilão, o atual Sri Lanka, por ordem real. Os escritos foram gravados com um buril afiado em folhas de palmeira e, então, tornados visíveis com a fuligem de arroz ou açúcar queimados. Essas folhas de palmeira foram atadas em feixes, surgindo assim uma espécie de livro em tiras que era conservado em cestas. Os monges budistas do Ceilão ordenaram o imenso número de folhas de palmeira e os dividiram por diversas cestas (Tipitaka) de acordo com seu conteúdo. Na primeira cesta, encontram-se as regras da ordem; na segunda, escritos sobre a vida de Buda e, na terceira cesta, a doutrina mais elevada, com questões filosóficas e escolásticas.

Para se compreender o espírito da "antiga escola da sabedoria", é importante deixar claro qual o ideal de perfeição que ela mantinha diante dos olhos dos discípulos para que estes procurassem imitá-lo. O homem ideal era o Arhat, um "aniquilador dos inimigos", um santo que tinha se livrado de todas as paixões. À época do surgimento do budismo, a designação Arhat era empregada para todos os ascetas; o próprio Buda recebe esta designação. Nas escrituras, o Arhat é descrito como uma pessoa "que deitou abaixo sua carga; que alcançou seu objetivo e não está mais submetido ao ser".[18]

O supremo objetivo do "Pequeno Veículo" era superar o sofrimento através da exaustiva trilha mostrada por Buda e tornar-se um Arhat. O Hinayana, uma religião de ausência de afetos, em que o sentimento não pode ser expresso com muita força, dá pouco valor aos gestos. A gesticulação exagerada é condenada. Para os seguidores da "antiga escola da sabedoria", o rosto sério e esclarecido do Buda com o olhar voltado para dentro, e a postura imóvel do Buda, inteiramente mergulhado em si, sabedor de causas e efeitos, servem de modelo.

O Mahayana, cujos textos foram todos redigidos em puro sânscrito, foi chamado de "Grande Veículo", pois era maior que o veículo da doutrina pura original e oferecia lugar a mais pessoas para a viagem por sobre o mar dos sofrimentos até o Nirvana. O objetivo do Mahayana não era tornar-se um iluminado, mas sim um Bodhisattva (ser de iluminação), que consegue chegar até o limiar do Nirvana e retorna para salvar aqueles que ainda estão presos à ilusão do mundo. Seria, entretanto, um erro presumir que o conceito de Bodhisattva foi criado pelo budismo Mahayana. Todos os budistas são da opinião de que cada Buda foi um Bodhisattva muito antes de sua iluminação, que só não entra no Nirvana porque quer tornar a nascer como Buda para trazer a salvação aos outros.

No decorrer do desenvolvimento do Mahayana, foi se dando cada vez mais valor à adoração (Bhakti) dos Budas e Bodhisattvas,

18. Conze, Edward: *Der Buddhismus*, p. 88.

que aparecem sobre a Terra em grande número e em todas as épocas. Atividades tais como o enaltecimento das virtudes de Buda, a adoração de sua beleza, encantar-se pensando nele e o oferecimento de presentes eram considerados meios importantes para a obtenção de méritos. Para o praticante do Mahayana, que esperam a salvação pela misericórdia de seres superiores, o gesto significa muito. Ele não é apenas expressão, mas também meio de salvação.

> **Aqueles que em um Stupa praticam a adoração com as mãos inteiramente levantadas, ou apenas estendendo a palma de uma das mãos, assim como aqueles que uma única vez inclinaram a cabeça ou por um momento prostraram o corpo, e aqueles que disseram junto a esses relicários, uma única vez, "Venerado seja o Buda", mesmo que com o espírito desatento, todos eles alcançaram uma primorosa iluminação.[19]**

Nenhuma obra tem efeito para o praticante do Mahayana, nem mesmo um gesto fugaz:

> **O gesto de adoração de uma mulher humilde que oferece algumas flores a seu próximo, é para ela o portão de luz do futuro.[20]**

Hinayana e Mahayana persistiram pacificamente um ao lado do outro durante séculos. Embora os adeptos do Mahayana menosprezassem a "antiga escola de sabedoria" designando-a por "Pequeno Veículo", eles não viam nenhuma razão para combatê-la.

O Hinayana expandiu-se sobretudo no Ceilão, em Burma, no Sião, no Laos e no Vietnã. O número de seus adeptos, dois mil e quinhentos anos após a morte de Buda, ainda é avaliado em 40 milhões. O Mahayana, que deve possuir cerca de duzentos milhões de fiéis, está vivo hoje sob diversas representações, nos Estados do Himalaia, na Coréia, na China e no Japão.

Os Seis Gestos de Buda

Buda na Iconografia

À medida que o budismo foi se tornando uma religião de círculos populacionais cada vez mais amplos, tornaram-se necessárias formas exteriores. Na iconografia da época primitiva, surgem apenas acontecimentos da vida de Buda antes de sua iluminação e episódios de suas lendárias existências anteriores. Temia-se representar Buda plasticamente. Sua figura era representada por pegadas,

19. Ohm, D. Thomas: *Die Gebetsgebärden der Völker und das Christentum*, p. 67.
20. Ohm, p. 53.

pela figueira sagrada, pela roda da lei, por um trono, pelos stupas (relicários) e coisas semelhantes.

No primeiro século da era cristã, os homens se desviaram da regra de não representar o Perfeito. É de se presumir que as representações figurativas do Buda não eram apenas expressão do fervor da crença budista, devendo sua existência sobretudo a influências partas, iranianas e helenísticas.

Tanto no Hinayana como no Mahayana, essa representação do Buda é considerada um meio que propicia a introspecção e cria uma profunda atmosfera de crença.

Segundo uma lenda, a primeira imagem do Buda deve seu aparecimento à seguinte história. Depois que o rei Rudrayana, de Roruka, presenteou o rei Bimbisara, do reino de Magadha, com uma armadura muito valiosa, este ficou sem saber como retribuir essa amabilidade, e pediu conselho ao Buda. Buda o aconselhou a mandar que pintassem sua imagem em um pedaço de tecido para com ela obsequiar o rei Rudrayana. Imediatamente, o rei Bimbisara fez com que viessem pintores e ordenou-lhes que retratassem o Perfeito. Os pintores ficaram tão cativados pela sublimidade do Buda que não se cansavam de olhar para ele, e não conseguiam fazer um rabisco que fosse sobre a tela de linho. Gautama então compadeceu-se deles, projetou sua sombra sobre o pano e fez com que os contornos fossem preenchidos com cores. Segundo esta lenda, essa imagem do Buda ainda existia quando este ainda vivia.

Todas as estátuas do Buda coincidem em muitas coisas, por mais diferentes que sejam individualmente (postura do corpo, posição das mãos e assim por diante). Todas elas têm a Urna, um ponto luminoso entre as sobrancelhas, lóbulos das orelhas muito longos e uma singular excrescência no crânio (Ushnisha). A Urna, que é representada por uma simples mancha ou por uma pedra preciosa, simboliza o olho da sabedoria. Segundo a opinião dos iogues, encontram-se nas proximidades desse ponto energias psíquicas e espirituais significativas. Os lóbulos das orelhas, que se estendem quase até os ombros, indicam o uso de pesados brincos que Buda abandonou ao dar as costas à vida de bem-estar. Na arte budista, os longos lóbulos das orelhas tornaram-se, por essa razão, símbolo da renúncia. Os escultores helenísticos davam ao Buda os penteados usuais entre os gregos, que posteriormente foram concebidos corretamente pelos artistas indianos como uma protuberância craniana (Ushnisha).

Além disso, o Buda tem braços tão longos que as mãos alcançam os joelhos quando ele está ereto. Segundo os Shastras (livros de doutrina) indianos, os longos braços são características corporais de soberanos do mundo (Chakravartins). Chakravartin também tornou-se, posteriormente, uma designação do Buda, cuja doutrina é universal e contém todo o cosmos.

O poder mágico do Buda é representado pela auréola que circunda sua cabeça; já no século IV, ela também foi adotada como um símbolo pela arte cristã.

O lótus ou roda da vida orna de forma estilizada as solas dos pés e as palmas das mãos do Buda. Freqüentemente, a flor de lótus serve de assento para o Buda. O lótus, que na tradição budista é usado como símbolo da pureza e da iluminação, tem um significado especial. Os Budas ou Bodhisattvas sentados sobre flores de lótus simbolizam o estado do ser puro e iluminado. Exatamente como as flores de lótus, que permanecem imaculadas e secas ainda que seu alimento venha do lodo do tanque, o iluminado permanece intocado pelas ilusões do mundo.

Os três principais símbolos do budismo – a iluminação, o renascimento e o Nirvana – são representados por três posturas básicas: sentado, em pé e deitado.

Quando Buda alcançou sua mais alta iluminação, encontrava-se na posição sentada. Ele nem foi libertado da Terra nem preso a ela. Ele era um com ela e, no entanto, não se subordinava a ela.

> **Uma figura sentada transmite-nos a concepção de confiança, de firme convicção e imperturbabilidade. O corpo senta-se com as cadeiras firmemente apoiadas no solo e as pernas cruzadas. O centro de gravidade está nas ancas. Esta é a posição mais segura que um ser bípede pode assumir na vida. Ela é simultaneamente um símbolo de paz, de calma e de autoconfiança.**[21]

21. Suzuki, D. T.: *Der westliche und der östliche Weg*, p. 125.

A postura ereta simboliza Buda como recém-nascido.

> Como recém-nascido, livre de todas as Sankharas, ele explicou, ereto, uma das mãos erguida para o céu e outra apontando a terra: "Sobre mim o céu, sob mim o céu, somente eu sou exaltado.[22]

A passagem para o Nirvana é simbolizada pela posição deitada. A posição horizontal simboliza tranqüilidade, paz, tolerância, meiguice e eternidade.

> A postura horizontal do Nirvana-Buda pode às vezes dar a impressão de indolência, de indiferença e inatividade, embora o budismo seja, na realidade, a religião da coragem e de uma paciência infinita — uma religião da paz, da alegria, da equanimidade e da serenidade.[23]

As Seis Mudrās

São conhecidos seis gestos das mãos a partir da iconografia do Gautama Buda: o gesto da meditação (Dhyani-Mudrā), o gesto da

Buda (Gandhara, séc. II)

22. Suzuki, pp. 126, 127.
23. Suzuki, p. 128.

iluminação (Bhumisparsha-Mudrā), o gesto da pregação (Dharmachakra-Mudrā), o gesto da discussão (Vitarka-Mudrā), o gesto da misericórdia (Varada-Mudrā) e o gesto de afastar o medo (Abhaya-Mudrā).

Enquanto executa essas mudrās, o Buda geralmente senta-se na chamada posição do lótus (Padmāsana) com as pernas cruzadas, em que cada um dos pés descansa na coxa da outra perna. Outra postura conhecida é a posição do herói (Virāsana), em que o pé esquerdo apóia-se sobre a coxa direita.

O Gesto da Meditação (Dhyani-Mudrā)

> **Em estado de tranqüilidade, o que medita encara o mundo com a mais perfeita indiferença, expulsando qualquer reflexo do mundo material de sua consciência, inteiramente mergulhado na percepção do espaço ilimitado.[24]**

O gesto da meditação, em que as mãos relaxadas descansam uma dentro da outra, simboliza o estado das mais profunda meditação (Samādhi), no qual a consciência do presente é suspensa. Os indianos admitem que a forma alterada da consciência (pequena porta do Prana) encontra-se na nuca, entre os ombros. Trata-se do lugar da consciência no qual a pessoa consegue sentir uma ligação com as energias cósmicas. Somente livrando-se do predomínio da consciência presente, que está localizada na testa, pode-se realizar a aproximação consciente com a profundidade requerida.

Buda assumiu este gesto quando se sentou sob uma figueira e mergulhou em meditação profunda. Nessa postura, ele alcançou o estado de profunda introspecção, cujo primeiro estágio caracteriza-se por um sentimento de prazer. O segundo estágio é atingido quando a atividade do espírito parou e, através de um estar quieto interior, a concentração foi fixada apenas em um objeto. "Depois da conclusão do sentir e do refletir eu escapei da calmaria interior, da unidade da mente, da reflexão, do pensamento, para a alegria abençoada nascida da concórdia."[25]

O terceiro estágio levou à serenidade, à devoção e à clareza do saber: "Em alegre tranqüilidade, eu estava sereno, inteligente, claro,

24. Livros-Tieck, *Gleich der Lotusblüte ist das Leben*, p. 51.
25. Citado por Lehmann, p. 59.

consciente; senti no corpo uma felicidade de que os sábios falam 'o iluminado sereno vive feliz'."[26]

O quarto estágio, chamado também de Nirvana pelos budistas, é descrito pelo Buda como um estado em que tudo o que é ânsia e desejo, toda atividade que visa um objetivo está extinta. O Nirvana é a suspensão de toda a consciência terrena, de todo o pensar, sentir e querer; ela é totalmente diferente de todas as manifestações do mundo. Freqüentemente o Nirvana é comparado com o apagar de uma chama. É aquele estado em que todos os apetites, desejos e ações estão extintos, assim como uma vela se extingue quando a cera está derretida. É um estado de ser que, paradoxalmente, só é atingido quando não se faz nenhum esforço para alcançá-lo.

A verdade desvendou-se para o Buda cada vez com mais clareza em várias iluminações sucessivas. Na primeira parte da noite, ele teve a visão de tudo aquilo que tinha vivenciado em suas existências anteriores. Todos os seus nascimentos anteriores emergiram em seu espírito, e ele ficou sabendo que todos os seres vivos estão sujeitos à lei do constante renascimento: "À meia-noite, abriu-se-lhe o olho puro da divindade. Ele viu diante de si todos os seres vivos, tal como se vê uma imagem no espelho, nascidos e novamente nascidos para morrer sem exceção, altos e baixos, ricos e necessitados – colhendo os frutos das boas e más ações na forma de miséria ou felicidade."[27] Buda soube que a vida é um prêmio ou um castigo para a vida anterior, pois tudo aquilo que se faz ou não se faz, junta-se às boas ou más ações que serão premiadas ou castigadas na próxima vida.

Na terceira parte da noite, na mais profunda introspecção, ele teve resposta para a pergunta: por que é preciso que existam atos bons e maus, que constantemente provocam novas existências.

> Como este mundo é triste! Ele envelhece e morre para nascer novamente, para de novo envelhecer e morrer, interminavelmente. Mas a causa desse envelhecimento, dessa morte, não é o nascimento e a sede de renascimento?[28]

Aparentemente, tornou-se claro para ele a causa primordial de todo o mal: o "apego", que é provocado pela avidez. Desejo sensual, desejo de existir, o amor e o ódio, todo sentimento que se relaciona com um ser vivo ou com um objeto mantém a pessoa presa à vida. Não mais participar, livrar-se de tudo o que acende a sede de estar e de ser. Assim como um lótus branco não é manchado pela água, assim o que sabe não deve ser manchado pelo mundo. Buda não atingiu a iluminação através do fluxo de pensamentos lógicos e da per-

26. Citado por Lehmann, p. 59.
27. Citado por Lehmann, pp. 60, 61.
28. Citado por Percheron, p. 23.

cepção dos sentidos mas, através da inteligência obtida pela meditação, ele soube conectar-se com seres e mundos de origem transcendente e viu o mundo com um olho clarividente, metafísico. Nessa noite, ele livrou-se do presente da consciência objetiva e pôde, assim, consumar a aproximação da profundidade que buscava. A meditação que trouxe a iluminação a Buda está ligada a um modo de vida ético. Somente uma alma purificada é capaz de uma transformação da consciência.

"A meditação não é uma técnica que dá resultados por si mesma. É perigoso dispor metodicamente de um processo de consciência para então provocar um outro que faça o anterior definhar. Isso arruína a pessoa que o tenta sem a devida preparação. Essa preparação é toda a maneira de viver, sua pureza. Nesse modo de vida, a circunspecção crescente é um momento culminante. Ela progride na meditação e, através dela, atinge a mais ampla envergadura. A consciência prevalece sobre a corporalidade, ilumina o inconsciente até os mais recônditos esconderijos. Trata-se, de qualquer modo, do princípio tanto do Ethos como da meditação, bem como da especulação: levar a clareza até o fundo. Os estágios da meditação não devem ser a embriaguez, o êxtase, o gozo, estados estranhos, tais como os provocados pelo haxixe e o ópio, mas a mais clara consciência, totalmente normal, inteligência que ultrapassa em clareza através da verdade e não da mera opinião. A exigência que tudo abrange é: não deixar nada dormindo no inconsciente deixando que jogue seu jogo funesto; acompanhar tudo o que fazemos e experimentamos com a consciência mais desperta."[29] No budismo, a salvação acontece no decorrer de uma terapia prática que leva a uma impiedosa auto-análise através de intensa concentração e introspecção.

Buda permaneceu por mais de quatro semanas com o corpo inteiramente imóvel, as mãos sempre descansando uma na outra em Dhyana-Mudrā, sem erguer-se da postura de meditação.

O Gesto da Iluminação ou o Gesto do Apelo das Testemunhas (Bhumisparsha-Mudrā)

A mudrā em que a mão direita toca o solo com as pontas dos dedos e as costas da mão esquerda descansam sobre os pés cruzados um sobre o outro, é chamada de gesto da iluminação, que Buda executou depois de quatro semanas de meditação sob a árvore Bodhi (árvore da iluminação).

29. Jaspers, Karl: *Die massgebenden Menschen*, pp. 112, 113.

Buda em gesto de meditação (séc. VIII)

> Esta experiência não pode ser qualificada como um mero sentimento e em seguida posta de lado. Não se esgota assim o conteúdo da iluminação... O sentimento da iluminação tem algo de completamente fundamental e dá a certeza de que o conhecimento e a finalidade são absolutos, o que em geral falta às maneiras usuais de sentir. Às vezes, um sentimento pode dar a sensação de arrebatamento e confiança, mas depois de algum tempo isso passa, não sobrando nenhum efeito permanente dessa experiência. O sentimento da iluminação, ao contrário, impõe-se sobre toda a personalidade, influencia o comportamento em relação à vida e ao mundo, não apenas moral e espiritualmente — mas penetra iluminando metafisicamente a existência como um todo. A experiência de Buda não foi simplesmente uma questão de sentimento que se deu à margem da sua consciência, mas algo que despertou na mais oculta profundeza de um ser humano.[30]

A experiência da iluminação é a manifestação de um poder superior, de uma inteligência superior que uma pessoa só pode ter quando tiver posto de lado todas as ilusões e ficções, e passa a ver a realidade tal como ela é. Esta experiência, que parte do presente absoluto, é designada como "experiência pura", em que cada coisa aparece à consciência tal qual é.

> A experiência da iluminação é, portanto, aquela experiência que temos quando galgamos o mais alto cume, do qual se pode olhar para todo o campo da realidade.[31]

A pessoa iluminada readquire a simplicidade e a espontaneidade da criança e vivencia a realidade imediatamente e sem distorções. Ela alcançou a harmonia que só se pode sentir quando se tiver percorrido o estágio de estranhamento de si mesmo e do mundo, quando se tiver nascido por inteiro.

> Este é o verdadeiro despertar, que está na raiz tanto do pensamento intelectual criativo bem como da compreensão imediata, intuitiva.[32]

A mudrā da iluminação originou-se na seguinte lenda:

Enquanto Buda estava sentado durante quatro semanas na postura de meditação sob a árvore Bodhi e atravessava o cosmos em pensamento, Mara, o deus do mal, tentou perturbá-lo em sua introspecção enviando-lhe suas belas filhas, com a missão de distraí-lo. Um único olhar dos olhos do iluminado fez, entretanto, com que sua beleza fenecesse. Aos olhos do Perfeito, elas personificavam unicamente a aparência bela, mas vazia. Em seguida, Mara atraiu o Buda com a

30. Suzuki, pp. 68, 69.
31. Suzuki, p. 70.
32. Citado por Fromm, Erich e Suzuki, D. T.: *Zen-Buddhismus und Psychoanalyse*, p. 165.

oferta de assumir o domínio do mundo. Como isso tampouco funcionasse, ele o exortou a terminar com sua vida para assim entrar também com o corpo naquele estado que seu espírito já tinha alcançado: o Nirvana. Mara tentou convencê-lo de como seria difícil transmitir seus conhecimentos a uma humanidade cegada pela ignorância, pela desconfiança e pelo ódio. E, de fato, as dúvidas começaram a afligir o coração do Buda. Ele mesmo tinha claro para si que sua doutrina só podia ser compreendida por pessoas de alto nível espiritual: "Profunda é a doutrina, difícil de ver, sutil; só o sábio pode aprendê-la."[33] Buda refletiu pensando se devia propagar a inteligência obtida na meditação, pois tinha dúvidas se conseguiria conceber o inexprimível em palavras. Mas, então, ele resistiu à tentação de Mara e foi tomado de compaixão por tudo o que é vivo. Ele decidiu, finalmente, tornar-se um Buda para todos e atuar para que outras pessoas também encontrassem a salvação.

Mara, o deus do desejo sensual, o senhor deste mundo, tentou ainda uma vez convencer o Buda que, como representante de tudo aquilo que está além deste mundo e que é irrevogavelmente hostil à Terra, não teria nem mesmo direito ao solo sobre o qual se sentara na postura de meditação.

Buda, entretanto, saiu-se vitorioso, pois, através de numerosas boas ações em existências anteriores, ele havia conquistado algum direito sobre aquele pedacinho de terra. Nesse momento, ele chamou a Terra por testemunha, quando para isso tocou o solo com a mão direita (Bhumisparsha-Mudrā). A divindade da Terra ergueu-se do subsolo para confirmar sua afirmação e testemunhar que ele havia cumprido todos os deveres de um Bodhisattva e tinha o direito de permanecer na Terra para anunciar sua doutrina.

> **Decidido, portanto, a anunciar o Nirvana assim como o sol brilhante rompe a escuridão, ele toma o caminho para a cidade de Benares. . . com olhos suaves como os do príncipe das reses, avançando regularmente como um leão; pois, para converter o mundo imaginário, ele se dirige à famosa cidade, avançando passo a passo como o rei dos animais, alerta, pela mata da sabedoria.[34]**

E, assim, Buda decidiu procurar alguém a quem pudesse pela primeira vez anunciar sua mensagem de salvação. Ele lembrou-se dos cinco ascetas que haviam praticado o ascetismo com ele na floresta de Uruvela e que haviam ficado desorientados quando ele abandonou a automortificação. O Buda achava que eles iriam compreendê-lo. Graças a seus poderes sobrenaturais, ele sabia que os cinco estavam em Benares, e dirigiu-se para lá.

33. Citado por Jaspers, p. 110.
34. Citado por Lehmann, pp. 64, 65.

Buda em gesto de iluminação (do séc. X a XI)

O Gesto da Pregação ou o Gesto de Girar a Roda (Dharmachakra-Mudrã)

Nesta mudrã, as duas mãos estão erguidas diante do peito, a direita um pouco mais alto que a esquerda. É como se elas girassem a roda da doutrina, pois a palma de uma das mãos está voltada para o corpo, e a outra na direção oposta. Polegares e indicadores de ambas as mãos se tocam de maneira a formar um círculo. Esta mudrã simboliza o momento em que Buda deu a primeira volta na roda da doutrina no bosque das gazelas em Benares. A própria roda, que ainda hoje pode ser vista na bandeira nacional indiana, simboliza a doutrina do Perfeito.

> Os raios de sua roda são as prescrições da ação correta; a proporção de seu comprimento corresponde à serenidade da contemplação; os trilhos da roda são a firme sabedoria; a ponderação e a modéstia servem-lhe de eixo; a correta superioridade, de meão.[35]

No famoso discurso de Benares, Buda, no bosque das gazelas, um local de paz, anunciou a seus cinco discípulos sua doutrina, que representa não apenas um sistema de conhecimentos mas um caminho de salvação. Por esse caminho, no qual correntes lógicas de pensamento têm seu lugar, o crente no entanto não atinge o alvo de maneira primária através de operações lógicas, e sim muito mais através das transformações da consciência obtidas pela meditação.

O seguinte discurso, das "Quatro Verdades Sagradas", que Buda proferiu em Benares depois de sua iluminação, formula a essência da doutrina singular do budismo.

> Esta, monges, é a verdade sagrada do sofrimento: o nascimento é sofrimento, velhice é sofrimento, doença é sofrimento, morte é sofrimento, unir-se ao que é desagradável é sofrimento, estar separado do amor é sofrimento, não conseguir aquilo por que se anseia é sofrimento, os cinco objetos do apego (quer dizer: corporalidade, sentimentos, idéias, formas e conhecer) são sofrimento. Esta, monges, é a sagrada verdade do surgimento do sofrimento: é a sede que leva de reencarnação a reencarnação, mais a alegria e a avidez, que aqui e lá encontra sua alegria: a sede de prazer, a sede de ser, a sede de passado. Esta, monges, é a sagrada verdade da suspensão do sofrimento: a suspensão desta sede através do total aniquilamento da cobiça, deixar que ela se vá, renunciar a ela, livrar-se dela, não lhe deixar lugar algum.

35. Citado por Lehmann, pp. 71, 72.

Esta, monges, é a sagrada verdade do caminho da suspensão do sofrimento: esta é a trilha sagrada de oito partes, que diz: crença correta, decisão correta, palavra correta, ação correta, vida correta, aspiração correta, pensamento correto, introspecção correta.

Esta é a sagrada verdade do sofrimento; portanto, monges, meus olhos elevaram-se para estes conceitos, que ninguém tinha percebido antes, elevou-se minha inteligência, meu conhecimento, meu saber, meu olhar.[36]

Toda a doutrina do Buda está baseada em uma proposição: o padecimento da existência humana. Para o Buda, toda existência é triste, porque é efêmera. As alegrias terrenas são tão instáveis quanto bolhas de sabão, que arrebentam rapidamente. Tudo neste mundo é instável, eternamente mutável, totalmente inseguro por mais que tentemos agarrá-lo. O mundo é Maya, aparência e engano, e nós não podemos concebê-lo, pois não há nenhum ponto fixo, nada que dure, nada absoluto, nada eterno. Tudo flui e fenece, nada fica como foi. Para o Buda, o mundo todo é uma corrente de moléculas sutis que fluem o tempo todo. Elas surgem e desaparecem a cada momento, e não têm nenhuma permanência. Para o Buda, não existe nem mesmo uma alma. Ele representa a doutrina do não-eu (Anātman). O que para nós parece ser uma alma é na verdade um incessante tornar-se, uma cadeia de existências momentâneas. "Seria melhor, discípulos, que vocês considerassem o eu, se há que considerá-lo alguma coisa, como um corpo, que considerá-lo algo espiritual. Pois o corpo pelo menos tem uma existência, ainda que de curta duração. Mas tudo o que é espiritual surge e desaparece em um instante... Como um macaco na floresta, que pula de galho em galho, agarra um para largá-lo em seguida, para em seguida segurar outro, assim surge e desaparece o espiritual e o pensamento."[37]

Se na primeira proposição constata-se que tudo o que vive é sofrimento porque o homem se apega às coisas passageiras, na segunda esclarece-se por que razões ele está preso à vida terrena. É a tríplice cobiça que impede o homem de se libertar do mundo passageiro. A eliminação total da sede, tal como é descrita no terceiro parágrafo, leva então finalmente ao Nirvana, um estado que é definido como algo localizado totalmente fora do mundo sensual da ilusão e da ignorância.

A maneira de superar essa sede é esclarecida no quarto parágrafo com um catálogo de comportamentos em que todo o caminho da salvação é descrito. Esse caminho, dividido em oito partes, pode ser classificado em três esferas. As duas primeiras partes são classificadas em sabedoria (Prajna); os itens de três a cinco, sob o conceito disciplina e os três últimos em meditação (Samādhi).

36. Citado por Lehmann, pp. 70, 71.
37. Citado por Percheron, p. 48.

Pode ser que o mundo seja mesmo um vale de lágrimas, mas através do conhecimento ou da mais alta sabedoria o crente pode destruir a ilusão de considerar permanente aquilo que na realidade é de curta duração.

Com essa pregação, o Buda colocara em movimento a roda da doutrina. Ao final do seu discurso, ele desenhou no solo a roda da vida com as três causas do sofrimento, os seis raios da migração das almas e os doze dentes da existência humana.

A Roda da Vida

A roda da vida é a síntese da imagem da psicologia budista, que simboliza as seis formas de existência sob as quais se pode nascer no interminável ciclo das reencarnações. As seis regiões são uma espécie de roteiro da vida.

Na região dos deuses, que se encontra bem no alto, vivem todos aqueles a quem tudo na vida simplesmente acontece. Ainda que tais seres, chamados Suras ou Devas, gozem de um destino feliz, mesmo assim eles não são iluminados. Seu orgulho e presunção os impedem de perceber que sua felicidade é apenas passageira e que ela, como tudo na vida humana, está sujeita às transformações. Buda aparece nessa região como um alaúde, para chamar a atenção dos Devas para o fato de que sua felicidade terminará assim como o som de um alaúde vai se perdendo.

Esta região celeste contém o mundo dos antideuses, os Asuras, cuja principal característica é a inveja. Seu mundo é um dos mais ricos, mas o conhecimento de que os deuses pairam sobre eles e de que eles próprios não fazem parte dos que estão lá em cima não deixa os Asuras em paz. A representação da roda da vida quase sempre mostra como os Asuras tentam apoderar-se com violência dos frutos da árvore que satisfaz desejos, que pendem da coroa de árvores na região dos deuses. Nessa região, Buda aparece com uma espada, o símbolo da sabedoria, para exortar os Asuras a esforçar-se para alcançar a paz e a sabedoria em vez de poder e riquezas.

O mundo dos homens, que igualmente se encontra na região celeste, é a última das três regiões superiores. Vivem ali as pessoas que, em razão da abundância de possibilidades que a vida lhes oferece, erram desorientadas de uma atividade para a próxima, pois falta-lhes estabelecer um objetivo central que poderia dar um sentido às suas vidas. O Buda aparece nessa região com um tigela de esmolas e um bastão de andarilho, para chamar a atenção dos homens para a necessidade de afastar-se da existência mundana e dedicar-se a um caminho espiritual. A quarta região é o lar dos animais. Ali estão aqueles que passam pela vida de modo passivo e mecânico e seguem unicamente seus impulsos e instintos. Eles não sabem nada da liberdade da condição humana, da felicidade dos deuses ou da

Buda em gesto de pregação (Bodhgaya, séc. IX)

inveja dos Asuras. Sua vida é caracterizada pela letargia e pela falta de consciência. Ali o Buda aparece com um livro na mão para indicar a eles o poder libertador do pensamento esclarecido. A região dos espíritos da fome, ou Pretas, fica abaixo da dos antideuses. Sua aparência é uma imagem expressiva da concepção budista da cobiça. Eles têm barrigas enormes, mas seus pescoços são minúsculos, o que os impede de engolir aquilo que gostariam de incorporar. Buda aparece nessa região com um recipiente cheio de Amrita, a bebida dos deuses, para oferecer aos infelizes Pretas sua compaixão. Amrita é um símbolo da generosidade de Buda que, através de sua bondade, quer ajudar os infelizes Pretas a superar sua avidez egoísta.

A região mais baixa é habitada pelos seres infernais, cuja propriedade característica é o ódio. Mas mesmo para estes a iluminação é possível. Buda aparece nessa região com uma chama purificadora na mão, um símbolo da sublimação. A chama simboliza também a concepção esotérica de que emoções negativas podem ser transformadas em energias positivas.

A roda da vida é uma espécie de fio condutor através da diversidade de experiências que uma pessoa pode ter no decurso de suas diversas formas de existência. Ela traz em si o conhecimento de que cada situação da vida é portadora da possibilidade de libertação. Buda parte do conhecimento de que a pessoa pode libertar a si mesma através da acumulação de boas ações. Qualquer um, sem ajuda externa, pode conseguir energia e força de vontade para fazer o bem, continuar sua vida em uma outra existência e elevar-se cada vez mais. Se o homem faz o bem ou não, isso é problema dele, e nenhum poder extraterreno pode puni-lo ou premiá-lo por isso — unicamente sua próxima existência será mais ou menos desagradável. Embora o budismo negue a existência de pessoas permanentes, ele ensina no entanto que há um pagamento correspondente às ações e um renascimento: esse ciclo de renascimentos pode ser suspenso única e exclusivamente quando, baseado em seu conhecimento, o crente abdica daquela sede pelas coisas e de seu apego a elas. Aquele que alcança o Nirvana uma vez nunca mais deixa esse estado, tanta é a felicidade que ele proporciona.

O Nirvana é "a região que não é nem terra nem água, nem fogo nem ar; não é a região do infinito do espaço, não é a região da não-percepção ou da percepção. Não é este mundo, nem o mundo do além, nem ambos: Sol e Lua. Isso, monges, eu chamo de ir e vir, nem estado nem ruína ou surgimento; ele é sem fundamento, desenvolvimento e terminação: justamente isso é o fim do sofrimento".[38]

38. Citado por Lehmann, pp. 122, 123.

A roda da vida (Tibete, séc. XIX)

O Gesto da Discussão (Vitarka-Mudrā)

O gesto da discussão, em que a palma da mão está erguida para a frente e o polegar toca o dedo indicador, é o gesto pelo qual Buda é caracterizado como preceptor, e que ele usava em seus discursos doutrinários e discussões para sublinhar suas palavras. Na cristandade, esta mudrā está relacionada com a palavra. Cristo é representado com este gesto em antigos ícones bizantinos.

Quando Buda decidiu seguir o caminho da anunciação auxiliadora, ele reconheceu o significado da linguagem, com cuja ajuda ele tentava expressar o que lhe tinha sido participado como doutrina inexprimível sob a figueira. Embora ele tivesse claro para si que, no fundo, o último resto de uma intuição não transmissível não poderia ser representado em palavras e conceitos, ele tentou comunicar sua doutrina ao mundo. Em seus discursos, expunha as causas, os efeitos e o estado da existência humana em que ele demonstrava tudo com tal lógica que enfraquecia qualquer oposição e ao mesmo tempo estimulava as mais diversas interpretações. Da estrutura do universo e do organismo como manifestações paralelas ele não queria saber nada, porque isso não contribuía para a iluminação. Buda considerava as questões metafísicas perniciosas, porque elas não são úteis para o caminho do Nirvana.

> É como se um homem tivesse sido atingido por uma flecha venenosa e seus amigos chamassem um médico. Se aquele então dissesse: "Eu não vou deixar que me retirem a flecha enquanto não conhecer o homem que me alvejou, enquanto não conhecer o arco com que fui alvejado", antes que o homem ficasse sabendo disso, morreria. Seria o mesmo caso com aquele que dissesse: "Eu não quero sofrer a transformação da santidade como a do Jovem Sublime enquanto o Sublime não me esclarecer 'O mundo é eterno. . .' " Antes que o Perfeito tivesse dado um esclarecimento a respeito, o homem morreria. Prevaleça o ponto de vista "O mundo é eterno" ou prevaleça o ponto de vista "O mundo não é eterno": em qualquer caso há nascimento, há velhice, há morte, há tristeza e queixas, preocupação e desespero, cuja superação eu anuncio já nesta Terra. Por isso que fique sem ser esclarecido aquilo que não é esclarecido por mim.[39]

O budismo, que por sua origem e objetivo é uma doutrina de salvação e que se destaca por uma postura dirigida para a prática,

39. Citado por Jaspers, p. 120.

evita especulações sobre quaisquer questões que não tenham relação direta com a doutrina da salvação. Num país onde discussões e demonstrações metafísicas eram havia séculos o divertimento próprio das classes educadas; onde a própria população simples via seu ideal no homem sábio, no filósofo; onde uma competição de arena de discursos diante de um público erudito era um dos maiores prazeres, Gautama Buda conseguiu entusiasmar um número crescente de jovens de todas as condições e profissões para seu caminho pragmático de salvação. Ele falava tanto para indivíduos como para círculos maiores. Seus discursos doutrinários e palestras preparavam a compreensão que cada um tinha de conseguir pelo próprio esforço. Como o poder de sua palavra facilitava isso, sendo que, repentinamente, era como se as pessoas tirassem uma venda dos olhos, isso é descrito com freqüência nos textos:

> **É maravilhoso, é assombroso, como quando se endireita algo que está curvado (se endireita algo torcido) ou se desvenda algo oculto (se destampa o que está tapado) ou se aponta o caminho para alguém que está perdido ou se acende uma luz na escuridão, assim o santo anuncia a doutrina de maneira variada.[40]**

Embora fosse difícil transmitir a profundidade e a complexidade de sua doutrina, Gautama Buda tentava formular suas frases em cadeias de pensamentos claros e racionais, para que fossem compreensíveis às consciências normais. A maneira de pensar de Buda caracterizava-se por uma grande plasticidade. Uma das metáforas mais importantes utilizadas por Gautama para transmitir sua doutrina é a imagem da barca. A própria doutrina do budismo é chamada de barca (Yana) ou veículo. Para se compreender a força desse símbolo é preciso que se esclareça o papel extraordinariamente importante que as barcas desempenham na vida cotidiana do indiano. Num continente cortado por muitos rios, onde praticamente não há nenhuma ponte, a barca é um meio de transporte inevitável para se chegar ao destino. Buda usava a imagem da barca no mesmo sentido, que leva à distante margem da libertação (Moksha) por sobre o rio agitado. Através do espírito da iluminação, o indivíduo é levado da margem da incerteza espiritual (Avidya), da cobiça (Kama) e da morte (Mara) para a costa da sabedoria transcendental (Vidya), que está além.

Os discursos doutrinais, que não se propõem a convencer, e sim a informar, são no fundo tratados filosóficos que ganham vivacidade através de numerosas comparações e imagens. Buda não teria atuado apenas com sua poderosa voz de leão e a intensidade com que expunha seus ensinamentos, mas com toda a sua aparência, que deve ter exercido grande atração.

40. Citado por Jaspers, p. 124.

O Gesto de Misericórdia (Varada-Mudrã)

> Um sábio pensa em sua salvação, na dos outros, na mútua e na de todo o mundo.[41]

Varada-Mudrã, o gesto em que a palma da mão está voltada para a frente e a mão aponta para baixo, representa o voto feito por Buda de mostrar a todos os seres humanos o caminho da libertação. Esse gesto da mão aberta é o símbolo da "dádiva da verdade", que Buda ofereceu a todo o mundo. Ainda que se tivesse libertado de todas as ligações sentimentais que o prendiam ao mundo, ele entretanto ficou ligado ao mundo para salvar outras pessoas da corrente do sofrimento. Após ter se libertado de todos os estados de consciência centrados no eu, que se caracterizam por propriedades tais como "cobiça", "apego" ou "paixões", ele queria amadurecer nos outros a semente oculta da iluminação.

No budismo Mahayana (Grande Veículo) tardio, a idéia de compaixão do Buda histórico se perdeu.

O Bodhisattva do budismo Mahayana precisava praticar apenas uma grande virtude, em que todas as virtudes do Buda estavam unidas: a grande compaixão. Com isso, a auto-realização através da sagrada "trilha óctupla" atrofiou-se em um único modo de comportamento. O Bodhisattva, um futuro Buda, queria dar fim à infelicidade do mundo através do ato da mais elevada auto-realização. Sua compaixão e sua misericórdia são tão grandes que ele pode até mesmo chamar a si o sofrimento de outros para facilitar-lhes a libertação.

> Tomo a carga do sofrimento sobre mim, louvava o Bodhisattva, eu estou decidido, eu a suporto. . . E por quê? É absolutamente necessário que eu retire a carga (de sofrimento) de todos os seres, a causa (para esta decisão) não é que tivesse prazer. (A verdade é que) eu (ouvi) as súplicas de todos os seres por salvação. Tenho de conduzir todos os seres à libertação, tenho que salvar todo o mundo. . . Estou decidido a permanecer em cada estado de miséria por inumeráveis milhões de anos de eras do mundo. . . É muito melhor que eu sozinho seja sobrecarregado com o sofrimento do que todos estes seres caiam em mundos de miséria.[42]

A misericórdia de Gautama Buda não tem nenhuma relação com a compaixão ilimitada de um Bodhisattva. Se após sua iluminação

41. Livros-Tieck, p. 29
42. Citado por Lehmann, p. 233.

Buda em gesto de compaixão e tranqüilização (Tibete, séc. XVIII)

ele não entrou no Nirvana definitivo, isso aconteceu única e exclusivamente para que ele pudesse ao menos mostrar a outros o mesmo caminho de salvação. De qualquer forma, cada um tem de seguir o caminho sozinho. A compaixão de Buda consistia em saber que toda a vida é sofrimento. Esse sofrimento, no entanto, não pode ser assumido por Bodhisattvas compassivos, pois só pode ser lançado de si pelas próprias forças. O que ele deu à humanidade foi "a verdade da doutrina".

> **Feliz aquele que mantém os ensinamentos de Buda neste mundo e no outro.**[43]

O Gesto de Afastar o Medo ou da Ausência de Medo (Abhaya-Mudrā)

Esta mudrā, em que a mão é estendida com os dedos erguidos e a palma voltada para a frente, originou-se na lenda da traição de Devadatta, um sobrinho de Buda. Ele vivera por longos anos, modesto e quieto, na comunidade de santos esclarecidos junto com o Buda. O sucesso do Sublime, no entanto, encheu-o com o ódio da inveja. De um adepto ele se tornou um Judas, atentando contra a vida de Buda por motivos baixos.

Ele, portanto, sugeriu ao Buda, que envelhecia, que descansasse e passasse a ele a direção da ordem. Como Buda recusasse, Devadatta decidiu livrar-se dele com violência. Ele uniu-se a Ajatasattu, que tinha sede de poder e era filho do rei Bimbisara, cujo real apoio para a difusão da doutrina budista tinha grande significado. O rei Bimbisara é descrito como aquele que não podia mais proceder ao culto sacrificial bramânico. Durante séculos, somente os brâmanes tinham nas mãos o meio de propiciar os deuses: o sacrifício. Acreditava-se que sem suas ações sacrificiais matutinas o sol não poderia nascer. A crença que o povo indiano depositava no rito era tão grande que a princípio a doutrina do budismo não podia despertar muito entusiasmo, já que pregava a libertação unicamente através da ação do indivíduo, não dependendo da colaboração de sacerdotes intermediários. O próprio Buda teria dito mais tarde, resignado: "A massa não tem inteligência; ela continua jurando pela superstição e volta-se para aquilo que lhe inspira algum tipo de sentimento obscuro."[44]

43. Livros-Tieck, p. 91.
44. Percheron, p. 38.

Ajatasattu colocou seu pai, um entusiasta da doutrina de Buda, na cadeia, e deixou que ele morresse de fome. Então, depois que o poderoso protetor de Buda foi afastado, foram enviados assassinos para matá-lo. Nas antigas tradições, isso deu ocasião para que uma série de belas histórias maravilhosas fossem contadas: e então os assassinos, assim que se aproximaram de Buda, ficaram cegos por uma luz brilhante e se afastaram convertidos. Em seguida, Devadatta pensou em abater o Buda deixando cair sobre ele uma coluna, que no entanto, de maneira milagrosa, ficou pairando no ar, enviesada. Finalmente ele fez com que um elefante selvagem arremetesse contra o Sublime por uma passagem estreita. Nesse instante, Buda ergueu a sua mão direita (Abhaya-Mudrā) e dirigiu a energia de seu amor misericordioso para o animal, de forma que este caiu respeitosamente de joelhos e, depois, retirou-se pacificamente. A lenda informa que a apóstata Devadatta voltou à ordem e pediu perdão a Buda.

Abhaya-Mudrā simboliza não apenas a intrepidez de Buda mas também a completa ausência de violência (Ahimsa) em seu ser. Ele, que dominou o elefante graças única e exclusivamente às suas energias espirituais, queria provar que as energias da ausência de violência são infinitamente mais sutis e poderosas que a força de todas as armas juntas.

Com este gesto, Buda deu de presente à humanidade a vida sem medo. Este presente simboliza a vontade do Buda de livrar as pessoas das dores e preocupações do mundo.

A intrepidez demonstrada por Buda é classificada pelo budismo em quatro grupos, que estão baseados nas quatro verdades.

1. A intrepidez que surge da onisciência. Através da visão da universalidade do sofrimento e através do conhecimento de todos os lados da existência, o budismo atinge a onisciência. A doutrina do Buda é um método prático de salvação que gostaria de livrar os homens da doença da ignorância. Buda é, de certo modo, um médico que considera toda a humanidade doente, porque ela não vê como a existência é realmente. A onisciência não consiste em abarrotar a cabeça humana de conhecimentos, e sim em esvaziá-la, ou seja, abri-la. O que a pessoa descobre com isso não é um precipício, e sim plenitude. Caso a pessoa esteja em posição de livrar-se de todas as escoras, ampliar sua consciência e reconhecer que no mundo não há nada duradouro, ocorre então uma metamorfose interior que põe fim a todos os medos e leva à libertação da limitação do eu para que, dessa maneira, seja possível participar do todo. A onisciência, um atributo decisivo de Buda, consiste, antes de mais nada, no conhecimento dos meios e caminhos pelos quais se pode chegar à libertação.

2. A intrepidez que surge da destruição das ilusões. Para o budista, a libertação consiste em livrar-se de todas as ilusões e ver através do caráter aparente:

> O mundo é Maya, aparência e engano: nós não o podemos conceber, pois tudo é passageiro, um jogo de luzes incessante feito de momentos individuais, um encadeamento de instantes. Não há nenhum ponto fixo, nada que perdure, nenhum ser e estar absolutos, nada eterno, nenhuma 'coisa em si' – tudo flui e passa, nada permanece igual.[45]

3. A intrepidez que surge do esclarecimento dos obstáculos. Obstáculos significam, para o budista, não reconhecer as causas do sofrimento. O conhecimento de que o sofrimento surge através da cobiça leva a uma clara inteligência da existência humana e com isso à intrepidez. A ligação entre sofrimento e cobiça é explicada num complemento das "Quatro Verdades Sagradas", conhecido como a cadeia causal do sofrimento. Nessa cadeia, são enumeradas as condições que englobam tudo o que ocorre neste mundo:

   1 Do não-saber surgem as energias instintivas formadoras.
   2 Das energias instintivas formadoras surge o conhecimento.
   3 Do conhecimento surgem o nome e a personalidade.
   4 Do nome e da personalidade surgem as seis regiões (sentidos).
   5 Das seis regiões surge o contato.
   6 Do contato surge o sentimento.
   7 Do sentimento surge a sede.
   8 Da sede surge o apego (à existência).
   9 Do apego surge o ser.
   10 Do ser surge o nascimento.
   11 Do nascimento surgem a velhice, a morte, a dor e a lamentação, o sofrimento, a preocupação e o desespero. Esta é a origem de todo o sofrimento.[46]

4. A intrepidez que resulta do esclarecimento de que o sofrimento pode ser afastado.
   Através da superação da cobiça, seja de propriedade, de prazer ou de transitoriedade, segundo o budismo, a humanidade poderia alcançar a libertação sem esforço:

> Quando ele domina a sede, a desprezível, que se apega ao mundo, cujo sofrimento cresce como a grama. Quem a subjuga, a sede, a desprezível, que é difícil de eliminar do mundo, de onde o sofrimento cai como gotas d'água de uma flor de lótus.[47]

O modo como se pode superar essa sede é esclarecido no quarto parágrafo das "Verdades Sagradas" com a ajuda de um catálogo de comportamentos. O caminho óctuplo, freqüentemente designa-

45. Lehmann, p. 99.
46. Citado por Lehmann, p. 104.
47. Citado por Lehmann, p. 101.

do como "sagrado", descrito na quarta verdade, é um método prático de intrepidez.

Buda em gesto de tranqüilização (Amaravati, séc. II ou III)

As Mudrās dos Budas Antigos

Segundo a doutrina budista, Gautama Buda, "o Iluminado", já veio ao mundo diversas vezes em diversas personalidades. Embora o budista negue a transmigração das almas, ensina entretanto que há uma retribuição das ações e um renascimento. Os budistas resolvem essa contradição afirmando que o complexo de unidades de que o ser vivo é composto não se dissolve com sua morte. Através do karma (ações) é produzida uma nova união de elementos, um indivíduo aparentemente novo, que traz em si os frutos das ações de seus antecessores. Assim, Gautama Buda, como muitos outros seres, também já tinha vivido em diversas épocas e vivenciado o mundo como animal, ser humano e como iluminado. Como os budistas encaram o Buda como um de uma série infinita de inumeráveis Budas que já apareceram no mundo para anunciar a doutrina budista, eles o chamam de Tathagata, O Que Veio assim ou O Que Foi assim.

Neste caso, a doutrina não é o testemunho de um indivíduo, mas provém do princípio espiritual, da natureza do Buda.

O próprio Buda teria dado os nomes de seis de seus predecessores, que são designados de Budas humanos (Manusibuddha), pois eles, tanto quanto Gautama, viveram na Terra sob forma humana.

Esses Budas, que sem exceção alcançaram a iluminação sob diversas espécies de árvores, diferenciam-se entre si unicamente por suas mudrās específicas.

O Buda antigo Vipashyin, "o da clara visão", que atingiu a iluminação sob a árvore Patali, executa com suas duas mãos o gesto da iluminação (Blumisparsha-Mudrā).

Shikin, cuja iluminação teria ocorrido sob um lótus branco, executa com a mão direita o gesto da discussão (Vitarka-Mudrā). A mão esquerda, em que os dedos polegar e médio se tocam, repousa em seu colo.

Vishvabhu, o "que desfruta de tudo", teve a vivência de sua iluminação sob uma árvore Sala. Ele é representado com o gesto da pregação (Dharmachakra-Mudrā).

Krakucchandra, que se tornou Buda sob uma árvore Sirisa, executa com a mão direita o gesto da misericórdia (Varada-Mudrā) e segura com a esquerda uma ponta de sua vestimenta.

Kanakamuni, o "sábio de ouro", tornou-se um iluminado sob uma árvore Udumbara. Ele é representado executando com a mão direita o gesto da discussão (Vitarka-Mudrā) e com a esquerda o gesto do ócio (Avakasha-Mudrā). Neste gesto do ócio o Buda mantém a palma da mão esquerda, que repousa em seu colo, voltada para cima.

Kashyapa, que teria nascido no bosque das gazelas em Benares, onde mais tarde o Buda histórico fez seu primeiro discurso doutrinal, atingiu a iluminação sob uma árvore Banyan. Sua mudrā característica é o gesto da renúncia (Shramana-Mudrā). Este gesto, em que a mão voltada para baixo está afastada do corpo, indica a queda dos prazeres terrenos.

Capítulo 4

MUDRĀS E RITUAIS NO TANTRISMO

No tantrismo, a mudrā está intimamente ligada ao ritual, cujo recurso mais importante para o progresso no caminho espiritual são a récita de mantras, as técnicas iogues de visualização e o emprego de gestos manuais simbólicos.

Em cada ritual tântrico, através da trindade do corpo (mudrā), da palavra (mantra) e do espírito (visualização), a imagem do deus ou deusa é invocada para que se alcance a unidade com ele ou ela, e para que a própria pessoa se torne divindade.

As mudrās, que representam o componente físico, são expressão de atos de seres superiores, símbolos de vasos sagrados, meio para a purificação de oferendas, para a expulsão de maus espíritos e para metamorfosear-se em determinadas divindades.

O praticante do tantrismo tem por objetivo a unificação do princípio masculino com o feminino. A unidade resultante leva a uma vivência de grande bem-aventurança, que está além da dualidade.

Tanto o hinduísmo como o budismo passaram por um movimento tântrico, que no século VIII tinha se transformado num fenômeno pan-indiano. Embora o tantrismo tenha influenciado fortemente muitas áreas da vida indiana, sobretudo a arte, ele só pôde sobreviver à margem da sociedade indiana, sob a forma de cultos mais ou menos secretos.

Ele não pôde obter uma relação franca com a ortodoxia religiosa dominante pois sempre zombou da tradição ortodoxa e negou a moral convencional.

Shivaísmo e Shaktismo

Os primeiros fundamentos literários do tantrismo hinduísta encontram-se nos Shiva-Tantras (do séc. VII ao IX), nos quais encontra-se, em primeiro lugar, o esforço em prol do aspecto de unidade do casal Shiva e Shakti. Shivaísmo e shaktismo estão intimamente associados um ao outro. Shiva é símbolo do espírito (Purusha), Shakti a energia da natureza (Prakriti), a energia da criação. O shak-

tismo é designado também de tantrismo de esquerda, que inclui o gozo da carne e do vinho, bem como da união sexual (Maithuna). No tantrismo de direita, que também é chamado de culto com os meios de compensação, o ato sexual é substituído pela meditação sobre a união de Kundalini-Shakti com o Altíssimo Shiva no lótus de mil folhas. O shaktismo está localizado, sobretudo, nas regiões com populações predominantemente não-arianas, o que indica que ele foi, antes de mais nada, um culto não-ariano, havendo entretanto indícios indubitáveis de relações com as religiões arianas da Índia. Toda uma série de costumes tântricos, tais como a utilização de bebidas embriagantes, o reconhecimento do significado sacro do coito, a utilização de sílabas místicas e assim por diante já desempenhavam um papel importante no culto védico.

A concepção metafísica básica do shaktismo é monoteísta. O único que existe realmente é o Brahman, o espírito absoluto. Em seu aspecto estático, Brahman é Shiva, o Imutável, o Intocado por todas as transformações terrenas. Em seu aspecto dinâmico, Brahman é Shakti, a força da natureza, a eternamente Mutável, que através de seu poder mágico produz a variedade das manifestações do mundo. Shiva e Shakti são apenas diferentes formas de manifestação do Eterno Todo-Um. Quando nos Tantras eles são mostrados em diálogos como duas pessoas diferentes, isso é um diálogo apenas aparentemente; na verdade, trata-se de um monólogo de Deus.

Uma comunidade shivaíta que ainda hoje possui numerosos adeptos são os chamados Lingayats, assim chamados porque sempre usam ao redor do pescoço um pequeno Lingam (falo), que eles consideram ser um símbolo do deus Shiva.

Esta comunidade teria sido fundada, ou seja, renovada, por Basava, ministro de um rei canarésico, no século XII. Basava igualou as mulheres aos homens, permitiu que as viúvas voltassem a se casar e aboliu o sistema de castas, que no entanto ressurgiu posteriormente. O ligayat acredita única e exclusivamente no deus Shiva. Para avançar em direção ao mais elevado Ser, o discípulo elege o caminho do amor, a entrega religiosa (Bhakti). Seu amor, que não se preocupa com resultados, em atingir objetivos ou com a gratidão, é uma preparação para o esforço que visa a sublime iluminação. Ao dirigir sua atenção única e exclusivamente ao deus Shiva e fazer dele o ponto central de sua consciência, ele torna-se capaz de afastar-se do seu eu individual e de reconhecer a identidade coletiva de todos os seres com Deus. Todas as almas são vivenciadas como uma, todas unificam-se no deus Shiva. Todas as criaturas, onde e quando quer que vivam, são "suas" personificações eternamente mutantes.

> **Quando, mergulhando em Deus, fecho os olhos,**
> **E gozo surpreso do prodígio do amor divino em mim mesmo,**
> **Eu em agradecimento gostaria de venerar a própria grama**
> **do chão, aqui,**

Venerá-la com o alto brado: "Salve Shiva em mim",
Se tu, Altíssimo, és igualmente adorado pelos piedosos que te servem,
Ainda assim tu és, Senhor dos Deuses, um ser continuamente
com eles,
E, embora sejas visivelmente percebido por nós todos,
Tu ainda assim, como o espírito eterno, te revelas
maravilhoso.[48]

A Linguagem Gestual Secreta nos Rituais Tântricos

Muitas vezes os textos tântricos estão escritos numa linguagem obscura, de duplo sentido. Alguns eruditos indianos são da opinião de que o objetivo dessa linguagem (Sandhabhas), no sentido em que ela somente é compreensível para os iniciados, é impedir os não-iniciados de entrar em contato com práticas que poderiam ser-lhes nocivas. Lama Govinda, um dos mais jovens autores que se dedicam a este tema, é da seguinte opinião:

> . . . essa linguagem simbólica deve não apenas proteger aquilo que é mais sagrado da secularização através da curiosidade intelectual, do mau uso mediante métodos iogues e através da energia psíquica de ignorantes e não-iniciados, mas surgiu principalmente em razão do fato de que a linguagem comum não pode expressar as mais elevadas experiências da alma.[49]

A maioria dos textos tântricos são eróticos. Para que se possa decifrar esses textos é preciso aprender a diferenciar se o que está sendo descrito é um ato concreto ou um simbolismo sexual. Estados de consciência são expressos por um termo erótico, e o vocabulário mitológico ou cosmológico está provido de significados do Hatha-Yoga, de significados sexuais. Assim, por exemplo, a vulva é designada por lótus (Padma), o falo por belemnita (Vajra), a menstruação por sol (Surya) e o coito por espírito da iluminação (Bodhichitta).

Para a designação de experiências tântrico-iogues freqüentemente são utilizados mantras (sílabas místicas). Na totalidade da literatura tântrica, a maior parte é aquela que trata dos mantras. Nos Vedas já se mencionam essas sílabas, com cujo auxílio esperava-se alcançar poderes sobrenaturais. Presume-se que o número original de mantras seja de sete milhões. Nas escrituras budistas do Mahayana encontram-se igualmente mantras, que devem servir para conjurar perigos de todos os tipos, evitar doenças, garantir um renascimento feliz e assim por diante. Embora o próprio Gautama Buda não acreditasse na eficácia dos mantras e estivesse sempre advertindo seus

48. Citado por Glasenapp, p. 318.
49. Citado por Bharati Agehananda: *Die Tantra Tradition*, p. 139.

discípulos contra seu uso, depois da sua morte a propensão dos indianos para rituais ligados às sílabas místicas voltou a tornar-se notável.

> A crença na eficácia dos mantras Atharva-védicos, nos poderes sobrenaturais obtidos pelos místicos... não pôde ser totalmente erradicada do pensamento indiano, embora Buda tivesse se esforçado grandemente para isso. A abrangente literatura religiosa que surgiu no período pós-védico penetrou em tal medida no pensamento indiano que era praticamente impossível separar a religião do culto ritual e das sílabas místicas (mantras).[50]

O mantra tem um significado tão central para o tantrismo que os praticantes do Tantra são também freqüentemente designados como mântricos. Acredita-se que os mantras ajudam não apenas a afastar energias desagradáveis de toda espécie, tornar deuses irados novamente clementes e adquirir proveitos religiosos, mas também se está convencido de que é possível obter poderes sobrenaturais com a ajuda dessas fórmulas mágicas.

Atribui-se um significado proeminente aos mantras na realização do objetivo tântrico, que é o de estabelecer a identidade do adepto com uma deusa ou um deus, e isso o ajuda a concentrar-se para atingir o estado anímico necessário.

O mantra é uma seqüência de unidades sonoras com pronúncia e entonação características, que o adepto quase sempre aprende com seu guru. Cada texto tântrico, tanto no hinduísmo como no budismo, francamente formiga de indicações sobre a pronúncia correta de um mantra, que é uma combinação de sílabas (Bijas). Cada divindade tem seu Bija, que é utilizado no culto.

Os praticantes do tantrismo aceitam que alguns Bijas simbolizam estados emocionais especiais. Assim a sílaba *Klim* é considerada como sendo o Bija do desejo erótico, *Aim* é o Bija da admiração e *Sauh* o Bija da realização. Segundo os praticantes do Tantra, cada estado anímico tem um padrão sonoro que lhe corresponde, e a ativação desse padrão sonoro pode produzir o estado emocional correspondente. A probabilidade de que um adepto atinja um estado desejado através da recitação de mantras é aumentada pela contemplação de imagens correspondentes que são visualizadas e pela utilização dos gestos ou posturas (Mudrās) correspondentes.

No ritual tântrico, que consiste em mantras, mudrās e visualizações, o adepto tenta cortejar amorosamente a divindade tântrica. Assim, por exemplo, um discípulo do Tantra que oferece uma taça com água a seu deus executa o gesto do peixe (Matsya-Mudrā, ver pág. 72).

50. Citado por Bharati, p. 90.

Com isso devem ser expressados desejo e expectativa, o recipiente com água pode ser visto como um mar com peixes e todos os demais animais aquáticos. O Sadhaka diz à divindade de sua devoção: "Isto, na verdade, é apenas uma pequena oferenda de água; mas se devesse corresponder ao desejo que tenho de honrá-lo, considere como se eu estivesse Te oferecendo um mar."[51]

Atribui-se um significado especial ao ato chamado *Nyasa*. Este consiste em o adepto, ao dizer um mantra, tocar com a ponta do dedo da mão direita uma determinada parte do corpo. Com isso deve ser promovida a entrada da divindade a quem o mantra pertence no corpo do adorador, ou seja, deve-se estabelecer a identidade de ambos:

> A pessoa devia adorar uma divindade (devatā) tornando-se ela mesma divindade. Não se deve adorar nenhuma divindade sem tornar divindade a si mesmo.[52]

Em cada ritual tântrico a imagem do deus ou da deusa é invocada por meio de diversas técnicas de Yoga para que se atinja a unidade com ele ou ela.

O Papel do Guru

> *O discípulo* que se aproximou dele com a reverência necessária, cujo ânimo tornou-se perfeitamente calmo e que conquistou o domínio sobre os sentidos, a ele o sábio mestre deve transmitir honestamente o conhecimento do Brahman, através do qual se reconhece o ser humano imperecível (Purusha), Aquele-Que-É-Verdadeiro-e-Eterno.[53] (Mundaka Upanishade.)

A maioria das técnicas tântricas são secretas e acessíveis somente a alguns iniciados. O conhecimento secreto é passado de mestre para aluno. Os métodos secretos de libertação e sua correta utilização não podem ser aprendidos em livros, mas somente através da ligação pessoal com um mestre espiritual, um guru. Somente este, que submete seus alunos à obediência cega, pode tornar-lhes compreensíveis os verdadeiros segredos e mistérios da doutrina. Os iniciados reúnem-se em torno de um guru, e tudo o que é ensinado fora desse pequeno círculo está muito distante da verdade. Sem ser iniciado, o aluno não pode começar sua educação espiritual. O mestre guarda seu saber como um tesouro e somente o transmite par-

51. Citado por Zimmer, Heinrich: *Philosophie und Religion Indiens*, p. 518.
52. Citado por Zimmer, pp. 520, 521.
53. Citado por Zimmer, Heinrich, p. 375.

cimoniosamente àqueles que prometem tornar-se um "recipiente" para ele.

O guru experiente, mestre de almas, corpos e paixões, é venerado pelo aluno devido ao seu poder anímico sobrenatural. Ele é freqüentemente *comparado a uma vela que acende a alma do aluno* e o livra do véu da ignorância. É ele, também, que sussurra o mantra no ouvido do aluno.

O mestre espiritual é uma pessoa cujos atos e pensamentos não são mais dominados por exigências sociais e morais. Sua vida interior é oculta, e ele se movimenta fora dos limites das virtudes reconhecidas. Ele é universal e único. Ele reconheceu que a realidade absoluta está além do bem e do mal, da alegria e da dor, e que as regras da sociedade não são necessariamente as do universo. Ele rasgou o véu de Maya (ilusão) e tornou-se inteiramente um com o divino, com o absoluto. Ele sabe também que não há propriamente uma dualidade entre aluno e professor. Por amor do aluno não-iluminado, ele se coloca dentro do dualismo e desce de seu estado de ser transcendental para o plano da realidade empírica. Em cada um dos que procuram ajuda, ele reconhece uma aparição do divino e fica feliz que lhe seja concedida a honra de ajudar alguém. Ele ajuda o aluno a livrar-se dos envolvimentos de seu ego e o conduz ao Eu espiritual, à sua natureza divina.

O Budismo Tântrico

Ao mesmo tempo em que o tantrismo hinduísta passava por um grande florescimento, surgiam também tendências semelhantes no budismo. Foi cunhado o conceito de "budismo esotérico" para a orientação tântrica do budismo, já que todas as doutrinas ligadas aos Tantras e seu conhecimento secreto estavam revestidas em linguagem, simbolismo e iconografia esotéricos.

Depois que o budismo foi dissolvido na Índia, especialmente devido à invasão do Islã, desenvolveu-se no Tibete uma nova cultura tântrica, que também integrava parcialmente as influências das formas de crença centro-asiáticas. Através da preferência por divindades pessoais, do caráter imitativo e rígido do ritual mágico e de todas as noções supersticiosas possíveis a refinada metafísica abstrata do budismo foi sendo aos poucos destruída. No budismo esotérico, a libertação não consiste mais em trabalhar em si mesmo, mas no conhecimento de fórmulas e ações cheias de truques. Determinados gestos e sílabas sagrados e mágicos eram necessários para afinar a própria psique com o caminho da salvação, para progredir em direção ao absoluto. As mudrãs deveriam produzir efeitos agradáveis como uma varinha de condão, e os monges que dominavam essas mudrãs transformaram-se com isso em fazedores de milagres aos quais se podia pedir qualquer coisa.

Além disso, parece inexplicável como foi possível que, a partir da doutrina simples de Gautama Buda, pudesse se desenvolver um conhecimento secreto que contraria em todos os detalhes o caminho anunciado por Gautama. Este aparente enigma é esclarecido quando se lembra que o budismo atingiu povos que tinham uma maneira própria de pensar e sentir diferente da dos contemporâneos de Gautama em Bihar.

> **Para satisfazer as noções e sentimentos disso que se chama alma do povo foi preciso incorporar uma grande variedade de cerimônias e ritos que têm um caráter declaradamente popular e introduzir mantras na religião de Buda. . .**
>
> **Pois o que significa uma religião para o povo comum em geral se ela não consiste na crença num panteão de deuses e deusas e na execução de ritos e cerimônias e em algumas práticas esotéricas ligadas à recitação de fórmulas místicas, etc., coisa a que as pessoas até então estavam demasiadamente acostumadas?** [54]

Muito do que antigamente era secreto no budismo tântrico não o é mais hoje em dia. Os protetores do saber secreto entregaram seu tesouro ao público, pois não queriam deixar que suas tradições se perdessem por completo. Mandalas e imagens de culto, que antes estavam escondidas do público em geral nos mosteiros, são compradas hoje sob a forma de *posters* ou calendários. Durante séculos, o Tibete manteve suas fronteiras fechadas para evitar que estrangeiros trouxessem influências nocivas. Até 1979, somente alguns viajantes ocidentais tinham conseguido visitar a capital do reino enclausurado. No outono de 1985, as fronteiras foram abertas para o turismo e o país foi invadido por uma onda de visitantes. A aura de mistério que antigamente envolvia esse país ameaçava sucumbir diante do barulho dos motores dos ônibus turísticos e dos aviões a jato. Apesar disso, o conhecimento secreto em última instância permanece secreto, já que se mostra ineficaz para alguém que ainda não esteja maduro para ele. De uma certa maneira, o segredo esconde a si mesmo.

Segundo a tradição, o budismo foi introduzido no Tibete pelo rei Sron-tsan-gam-po no século VII d.C. A doutrina de Buda continuou propagando-se na época que se seguiu. Com a chegada do Acharya Padmasambhava, o "nascido do lótus", no ano de 747, iniciou-se a expansão da doutrina para além do Himalaia. Por Acharyas designam-se os monges indianos eruditos que são considerados os continuadores do Buddhadharma. Sobre nenhum destes mestres há mais lendas que a respeito de Padmasambhava, que teria estudado todas as formas do budismo. No ano de 786, Padmasambhava aceitou um convite do rei tibetano Trhisong Detsen para combater os demônios da

54. Citado por Bharati, p. 91.

religião Bön. Armado com seu coração, a belemnita (Vajra) e seus poderes mágicos (Siddhis) ele forçou as forças do mal a se submeterem à lei budista.

A doutrina de Padmasambhava é, em essência, um ramo do tantrismo de esquerda. A invocação de divindades protetoras e o culto a divindades assustadoras, consideradas as destruidoras da cobiça, do ódio e da ilusão, desempenham um papel importante.

É de especial interesse a doutrina do Bardo Thödol (conhecida como o *Livro tibetano dos mortos*) transmitida por Padmasambhava. Bardo (literalmente lacunas) designa o estado de suspensão da pessoa entre a morte e o renascimento. O além, que é do que se trata no Bardo, não é de forma alguma um além da morte, mas um retorno da mentalidade, uma libertação do estado de escuridão e de inconsciência para um estado de iluminação. Padmasambhava enterrou os textos do Bardo Thödol em lugares remotos, no Tibete Central, onde mais tarde foram reencontrados por seu principal discípulo.

Embora Padmasambhava tenha estabelecido a doutrina budista no Tibete, também havia muita oposição contra ele e suas práticas esotéricas. Sua reivindicação de ser um segundo Gautama Buda, bem como o número de suas mulheres provocou grande irritação, principalmente em uma parte da nobreza.

Geralmente, o budismo tibetano é chamado de lamaísmo. A palavra Lama, que é na verdade um título de nobreza para monges de alta posição, é usada hoje para qualquer monge ordenado. Segundo a doutrina lamaísta, alguns sacerdotes de alto escalão são considerados reencarnações de deuses e santos. Esses "Budas vivos" são adorados da mesma maneira que as imagens divinas nos serviços religiosos. O número de portadores de dignidades eclesiásticas considerados reencarnações de seres superiores é muito alto, e pode-se construir todo um sistema hierárquico em cuja ponta encontra-se o Dalai Lama.

Quando em 1950 tropas chinesas ultrapassaram as fronteiras do Tibete para libertar o país divino de seus "falsos deuses", mataram centenas de milhares de pessoas e destruíram bens culturais de valor incalculável. Os homens sagrados adorados pelo povo tibetano foram assassinados ou condenados a trabalhos forçados. Centenas de milhares de tibetanos fugiram para o exílio junto com o último Dalai-Lama governante. Uma cortina de ferro cercou o país, e iniciou-se no Tibete uma longa época obscurantista. Mas quase trinta anos de opressão de toda a cultura tibetana e medidas de reeducação não conseguiram sufocar a religião e a tradição no reino do Dalai-Lama.

Desde então sopra de Pequim um vento mais ameno, e atualmente iniciou-se a reconstrução de alguns mosteiros. Dessa forma, o maior santuário do Tibete, o templo Jokhang, na capital Lhasa, foi restaurado com ajuda chinesa.

Milhares de tibetanos, tomados por uma onda de entusiasmo religioso, acorrem para orar diante do Jokhang. Os deuses retornaram a seu reino e Buda está novamente sentado no trono de flor de lótus.

O Kalachakra

O Kalachakra é o sistema doutrinal mais denso e abrangente do budismo tibetano. O Dalai-Lama considera este sistema como um dos métodos mais eficazes e rápidos para se alcançar a iluminação.

Através dos exercícios do Kalachakra, que lida com a eternidade do instante fugaz, o iogue toma consciência de que passado e futuro existem apenas em seu espírito. O ontem continua vivo apenas na lembrança, o amanhã é uma mera idéia e o hoje logo terá passado. A uma observação mais atenta, o tempo se dissolve no vazio (Shunyata), e o iogue reconhece que cada acontecimento é sempre de curta duração, volatilizando-se em seguida para tornar-se lembrança. Quando ele pára de se agarrar ao passado ou de buscar o futuro, sua sensação de tempo se dissolve. Sem preocupações futuras e sem saudades de coisas passadas ele torna-se perfeitamente consciente do momento presente. Agora ele vivencia cada momento com profunda atemporalidade e vê os diversos momentos como pontos em uma roda que gira, que passam mas permanecem sempre no campo de visão.

O Kalachakra-Tantra, como a maior parte dos outros escritos, está redigido numa linguagem secreta. Em razão de seus complicados rituais e de seu denso simbolismo, ele é considerado a mais difícil de todas as doutrinas tântricas e, aparentemente, continuará sendo a menos acessível.

O Kalachakra está dividido em três partes: as rodas do tempo "externa", "interna" e a "outra". A primeira parte ocupa-se com o surgimento do universo, da astronomia e da geografia. O Kalachakra "interno" e o "outro" contêm pensamentos e exercícios que só são revelados aos iniciados. A parte "interna" versa sobre métodos com os quais corpo e espírito podem ser colocados em meditação. O "outro" Kalachakra, dedicado ao âmbito espiritual, descreve tanto as divindades bem como as mandalas e sua utilização prática na meditação. O iogue familiariza-se com as mais variadas divindades e desenvolve uma compreensão intuitiva de seu conteúdo simbólico.

O Vajrayana (Veículo do Diamante)

Em seu último estágio de desenvolvimento, o budismo tântrico é chamado também de veículo do diamante (Vajrayana). Vajra é, na verdade, uma belemnita que o deus Indra usou como arma,

Padmasambhava (Nepal)

com grande sucesso. Na filosofia budista posterior, as belemnitas servem como atributos de determinados Bodhisattvas e de outros seres superiores. Na filosofia mística, o Vajra é aquilo que é tão indestrutível quanto um diamante, tão irresistível e poderoso como uma belemnita. O diamante é a energia primordial divina que está na base de tudo e que se manifesta em cada ser vivo. O símbolo do diamante indica a energia radiante do indivíduo. A doutrina do Vajrayana afirma que, através de um certo número de ritos variados, qualquer um pode transportar-se para sua verdadeira natureza de diamante e conseguir um corpo de diamante.

O diamante, claro e indestrutível, incolor e, no entanto, refletindo todas as cores, é um símbolo do vazio (Shunyata). Shunyata é considerado um dos conceitos de mais difícil compreensão do budismo. Tradutores têm tentado traduzi-lo como "a propriedade do vazio", "vazio" ou experiência do "nada". Este vazio que tudo penetra equivale a um estado de libertação que, de maneira semelhante ao Nirvana, não pode mais ser denominado por qualquer conceito ou atributo.

O praticante do Tantra entende também por vazio a realização do reconhecimento de que o mundo empírico tem o caráter de uma aparição momentânea e equivocadamente é considerado permanente. Como não existe nada permanente neste mundo, é preciso reconhecer que este mundo é vazio.

> Shunyata... não é, evidentemente, um estado de transe ou de introspecção de qualquer espécie. É um estado sem medo. Em razão dessa ausência de medo, podemos nos dar ao luxo de ser generosos. Nós podemos nos dar ao luxo de nos conceder um espaço que não contém nenhum conflito do tipo este e aquele, ou de como e por quê. Neste ponto, não existem perguntas. No interior desse estado há, no entanto, um imenso sentimento de liberdade. Trata-se de uma experiência – talvez nós pudéssemos expressá-lo assim – de ter superado algo. Isso porém não quer dizer que nós superamos algo em sua maneira de ser, que deixamos o "aqui" e, portanto, passamos para "lá", superando-o. É muito mais como estarmos aqui ou já estarmos lá.
>
> Com a experiência Shunyata desenvolve-se, por esta razão, uma extraordinária convicção interior. Shunyata preocupa-se em desenvolver uma inspiração básica, por assim dizer o ideal de um comportamento semelhante ao de um Bodhisattva.[55]

O conceito de vazio geralmente relaciona-se com a palavra sânscrita Karuna (compaixão). Compaixão e vazio unificados levam a

55. Citado por Anderson, p. 142.

um estado da mais elevada consciência, a um estado em que não existe nenhuma noção de objetos fixos e duradouros.

É típico do budismo tântrico que ele estabeleça uma ligação entre um conceito filosófico, como o do vazio, com um sentimento concreto, como a compaixão. A compaixão é um componente natural de uma maneira de ser iluminada, que se oculta latente em cada pessoa. Tal como uma jóia que se perdeu em algum lugar na lama, estão ocultas na consciência humana propriedades como alegria, felicidade e compaixão. Através da exata observação dos processos na própria consciência, qualquer um pode reencontrar o estado natural da iluminação. Para o praticante do Tantra, o caminho da iluminação não consiste em tornar-se algo ou em conseguir o que não se é ou se tem, mas na pesquisa e descoberta do próprio Eu (Self).

Os tibetanos consideram o Vajrayana como sendo uma maneira de cortar o caminho que leva à iluminação. Eles descrevem o Hinayana como uma trilha que leva ao pé da montanha, o Mahayana como um longo caminho até a montanha, cujo pico só é alcançado depois de muitas vidas. Quem se decide a trilhar o caminho do Vajrayana deve sintonizar todos os seus passos e ter um guia que conheça o caminho. Ele não se pode permitir cometer um único erro, pois nesse caso o tombo poderia ser muito grande.

Os tibetanos equiparam Hinayana, Mahayana e Vajrayana aos diversos estágios do caminho para a iluminação. O Hinayana corresponde ao primeiro estágio, já que se ocupa com a purificação do espírito. O Mahayana é o segundo estágio, que se ocupa principalmente com o desenvolvimento da compaixão e da sabedoria, e prepara o praticante para o caminho de diamante, o último estágio. Enquanto o Hinayana e o Mahayana se esforçam na demorada purificação da consciência, o Vajrayana concentra-se na purificação da energia, um caminho para a libertação mais rápido, mas também mais perigoso. O Vajrayana, e especialmente o Kalachakra, ensina que um sutil fluxo de energia flui pelo nosso corpo. Este sistema energético é um sistema de nervos e canais que saem em forma de raios a partir de cinco centros psíquicos. Assim como no Kundalini-Yoga do hinduísmo, estes centros estão ordenados ao longo de um canal central que vai da extremidade da coluna vertebral até o alto do crânio. Como determinados bloqueios impedem um fluxo normal de energia, surgem as ilusões da nossa consciência cotidiana. Através de mudrãs, mantras e da visualização de divindades nestes centros, o iogue pode dissolver os bloqueios. Ele então desloca o fluxo de energia para o canal central, onde ele é purificado e ativa o plano profundo do espírito. Quando isso acontece, o iogue vivencia o Sahaja-Avasta, ou o estado da Grande Bem-aventurança, que fica além de toda dualidade.

A Doutrina dos Três Segredos

No ponto central do budismo tântrico está a doutrina dos três segredos (Guhya) do pensamento, discurso e corpo. As três formas de atividade humana (pensamento, palavra e obra) têm um significado transcendental para todas as religiões indianas. Elas produzem o karma, que atua numa nova existência. O budismo tântrico dá ainda às três ações um outro sentido esotérico. Para ele, determinados pensamentos, palavras e atuações têm em si mesmas um significado místico e concedem possibilidades ilimitadas àquele que delas se serve.

Cada ritual tântrico, ao qual se é introduzido por um mestre espiritual, o guru, encerra os três lados da nossa existência: corpo, linguagem e espírito. O corpo atua através dos gestos (mudrās), a linguagem através das sílabas sagradas (mantras) e o espírito através da visualização.

As mudrās, que representam o componente físico, não são, segundo o ponto de vista tântrico, apenas símbolos, estando também em relação direta com um determinado estado de consciência. Uma determinada mudrā é um sinal de que um determinado estado está presente. Inversamente, considera-se também que, através da execução da mudrā, atinge-se o estado de consciência desejado.

O Tantra conhece muitas mudrās com significados diferentes às quais estão associados diversos mantras. Em geral, combina-se nas meditações Vajrayana as mudrās no ritmo da respiração com os mantras correspondentes. Há, por exemplo, uma meditação com as sílabas OM AH HUM. Senta-se no chão em posição de lótus, as mãos permanecem sobre os joelhos com as palmas voltadas para cima. Durante a inspiração, fala-se a sílaba OM e ao mesmo tempo volta-se as palmas da mão para baixo. Após a inspiração, retém-se o fôlego por um momento (segundo os praticantes do Tantra, esta retenção do fôlego é uma boa oportunidade para se vivenciar o Shunyata), leva-se as pontas dos dedos ao meio do peito e, ao fazê-lo, pronuncia-se a sílaba AH. Enquanto se expira, é entoada a sílaba HUM e estica-se os braços e mãos de tal forma como se a pessoa afastasse algo de si. Então as palmas das mãos abertas para cima são novamente apoiadas sobre os joelhos. Na inspiração seguinte, gira-se as mãos para baixo e repete-se a meditação.

Os budistas tântricos dispõem de inumeráveis mantras e mudrās através de cuja repetição o fluxo da respiração pode ser regulado e o espírito acalmado. Ao seguir atentamente o canto do mantra, o praticante é afastado de pensamentos perturbadores e pode se concentrar melhor. Os mantras devem contribuir para o esclarecimento e aguçamento do espírito. Os mantras, além disso, são considerados uma ferramenta para o domínio do corpo. Segundo a concepção dos praticantes do Tantra, nossa respiração reflete um fluxo de energia que está inseparavelmente ligado aos planos mais profundos

do espírito. Ao cantar o mantra da maneira correta, o iogue pode controlar corretamente sua respiração e, com isso, o fluxo de energia a ela ligado. O som do mantra tem o poder de vibrar em consonância com os planos profundos do espírito e pode, em certa medida, despertá-los para a vida. Os mantras, no entanto, têm que ser cantados da maneira correta. O guru transmite ao discípulo a maneira de entoar as sílabas e quais sentimentos elas devem despertar.

A meditação mantra, que é acompanhada pelas mudrãs que dela fazem parte, pode ganhar outra dimensão através da visualização correspondente. A entoação cantada ou silenciosa dos mantras é acompanhada pela visualização de determinados símbolos ou divindades. Divindades ou mandalas que impõem veneração, que representam o cosmos ou determinados contextos espirituais, servem ao praticante do Tantra como objetos de visualização. Ao identificar-se com elas, o praticante põe de lado todas as ilusões que encobrem o espírito e as transforma em sabedoria.

A partir da atuação conjunta de gestos, sons e visualizações, surge no Vajrayana um caleidoscópio fluido:

> Símbolos tântricos interpenetram-se mutuamente. Nós sempre encontramos símbolos que nos dão indicações quanto ao significado de outros símbolos, que por sua vez novamente nos remetem a outros símbolos, e com isso simbolizam a interpenetração mútua de todos os aspectos do universo. Os exercícios tântricos assemelham-se em seu efeito ao abrir de uma bola em que nós encontramos uma outra bola. Esta segunda bola é igualmente quebrada e contém uma terceira, e assim por diante, até que chegamos a algo que nos parece ser um miolo firme. Mas, ao tocá-lo, ele se rompe e contém... exatamente a bola que continha inicialmente todas as outras. O mesmo processo volta a repetir-se sempre, até que finalmente a iluminação desponta. Vê-se a quantidade de significados que um significado pode ter e obtém-se um sentimento para a presença do todo.[56]

Divindades Tântricas e suas Mudrãs

Assim como o Mahayana (grande veículo), o Vajrayana (veículo do diamante) também conhece um número de Budas e Bodhisattvas que, graças à sua sabedoria, sempre encontram os meios de conduzir as pessoas ao caminho da perfeição. O mais alto escalão no panteão é ocupado por Budas e Bodhisattvas cujo número é tão grande quanto os "grãos de areia do Ganges". Enquanto os Budas revelam unicamente o caminho da salvação aos que buscam a libertação, os Bodhisattvas atuam também de maneira prática para livrar outros seres do sofrimento. Um Bodhisattva não se esforça apenas para tor-

56. Citado por Anderson, p. 96.

nar-se ele mesmo um Buda, mas coloca a iluminação de outros seres acima da sua. O caminho de um Bodhisattva está dividido em dez estágios. A cada estágio ele obtém uma nova perfeição, até que, ao atingir o sétimo estágio, ele se torna um Bodhisattva transcendente, que abandonou todas as paixões e aniquilou toda ignorância.

É também característica do Vajrayana a adoração de divindades iniciatórias femininas, que são chamadas de Dakinis. Essas divindades, semelhantes a fadas, que na arte tibetana são freqüentemente representadas em seu aspecto horrível, são consideradas transmissoras da doutrina tântrica. Em determinadas circunstâncias, os iogues executam rituais para submeter essas Dakinis e utilizar as forças obscuras que elas personificam. Através da visualização das Dakinis, o iogue obtém controle sobre suas paixões e pode empregá-las para neutralizar as energias nocivas do ódio e da inveja. As Dakinis, que também são representadas como seres de sedutora beleza, são igualmente utilizadas nas meditações tântricas para atiçar o impulso irresistível rumo à iluminação.

Um importante papel também é representado no budismo tântrico pelas Sadhitas, que não possuem existência objetiva, sendo chamadas à vida pela energia imaginativa criadora de um praticante do Tantra. Elas são divindades sob encomenda, que sempre recebem o nome de um determinado Tantra, um daqueles livros esotéricos surgidos no século V.

O praticante acredita poder apoderar-se do conhecimento contido no livro visualizando esses deuses.

Os Budas, Bodhisattvas, Dakinis e Sadhitas, com seus diversos atributos e mudrās representados iconograficamente, são considerados pelos tântricos fundamentos para a concepção ótica da divindade. Eles formam uma espécie de suporte espiritual para a visualização da divindade, suporte que deixa de ser necessário quando esta ocorre. Os gestos das divindades e os atributos que elas seguram nas mãos são uma indicação dos estágios e experiências que o iogue percorre em seu caminho rumo à iluminação. A aparição veneranda dos deuses revela o poder libertador da sabedoria que se encontra oculta nas paixões cegas da consciência superficial. Através da visualização das divindades, o tântrico pode abalar as ilusões e transformar suas paixões em sabedoria.

Usualmente, o guru indica a seu discípulo uma divindade protetora pessoal, que deve transformar suas principais falhas de caráter. O iogue, que está em posição de estabelecer uma ligação psíquica com sua divindade protetora, invoca sua imagem em suas meditações diárias, o que para ele se torna uma fonte de inspiração. É necessário um grande esforço até que ele possa evocar vividamente a imagem da divindade. Ele considera sua divindade protetora como seu mestre individual e entrega-se inteiramente a ela, de forma que a divindade torna-se porta-voz de sua voz interior e, finalmente, personificação de seu espírito mais íntimo.

Dakini (Tibete, séc. XVIII)

Os Cinco Budas da Meditação

O mais alto escalão do panteão budista está ocupado pelos Budas, dos quais cinco especialmente alcançaram a posição de poderosos propiciadores de clemência. Trata-se dos cinco Budas da meditação, chamados de Jinas ou Tathagatas. Jina significa vencedor ou conquistador, e é um antigo apelido do Buda, designando a superação das paixões.

Estes cinco Budas não são Budas "humanos", como Gautama, mas seres celestes que reinam em mundos supraterrestres. Ocasionalmente, seu significado cósmico é salientado quando eles aparecem como patronos de determinados pontos cardeais. Eles simbolizam

as cinco sabedorias do ser de Buda, da consciência totalmente desperta. Cada Jina, no entanto, não representa apenas uma sabedoria, mas também um sentimento cego que precisa ser metamorfoseado em sabedoria. Assim, Vairochana, o primeiro dos cinco, representa o veneno essencial da cegueira, mas ao mesmo tempo a pura sabedoria absoluta. A agressão e o ódio de Akshobhya são transformados na sabedoria que reflete como um espelho estes sentimentos; o orgulho de Ratnasambhava, na sabedoria que lhe é comparável, a equanimidade; a paixão de Amitabha, em sabedoria discriminatória, e a ambição de Amoghasiddhi, na sabedoria que tudo satisfaz. Os cinco Jinas, que representam tanto energias positivas como negativas, simbolizam as mais profundas camadas do espírito que se encontram ocultas no inconsciente.

Através da identificação com esses Budas, da imitação de suas mudrās e proferindo mantras, o iogue experimenta a si mesmo como divindade e tem acesso às fontes de sabedoria interior que são personificadas pelos Budas. Ele supera quaisquer sentimentos e ilusões negativos, que roubam muita energia das camadas do espírito, e os transforma em energias positivas.

Cada Jina tem uma parceira chamada Shakti ou Mudrā. Essas Mudrās, que executam o gesto da misericórdia com a mão direita e o da discussão com a esquerda, podem ser identificadas por seus atributos e cores, que correspondem àquelas dos Jinas.

Freqüentemente, os cinco Budas são representados em união sexual com suas parceiras femininas, na postura Yab-Yum (pai-mãe), indicando os cinco tipos de energia (Jinas) atuando conjuntamente com os cinco tipos de sabedoria (suas Mudrās).

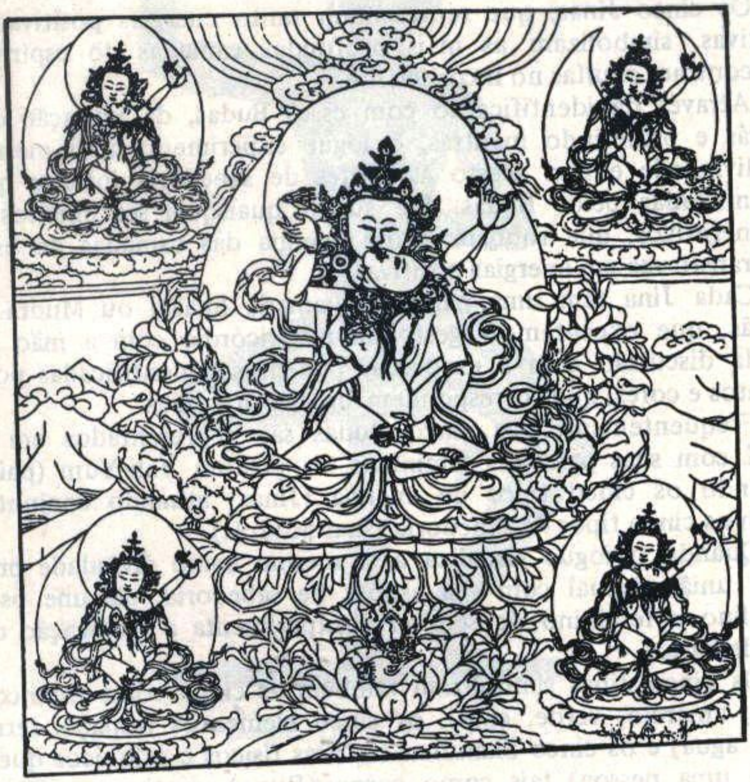
Quando o iogue visualiza a si mesmo como divindade protetora em união sexual com sua esposa de sabedoria, ele une os lados masculino e feminino de seu ser e experimenta a vivificação de sua unidade básica.

Os cinco Jinas simbolizam também as cinco cores (branco, vermelho, amarelo, verde, azul), os cinco elementos (espaço, terra, fogo, ar, água) e os cinco Skandhas (fatores físicos e psíquicos que constituem uma pessoa) tais como corpo (Rupa), sentimento (Vedana), percepção (Samjna), energias impulsoras (Samskara) e consciência (Vijnana). O número 5 tem um grande significado místico para os indianos. Ele é o número sagrado da união do céu com a terra, entre o ser e o turbilhão dos renascimentos. Estes cinco Jinas formam o primeiro elo de uma cadeia infinita que liga o absoluto com a diversidade.

Freqüentemente, os cinco Budas da meditação são representados em formação circular, segundo um esquema chamado mandala. As mandalas tornaram-se um componente inevitável da visão de mundo e prática contemplativa tântricas. A mandala simboliza a comunidade inseparável de elementos contrários. Na mandala, os cinco Budas da meditação, os Jinas, encontram-se nos pontos car-

deais, e no centro há sempre um Buda como representante das cinco sabedorias.

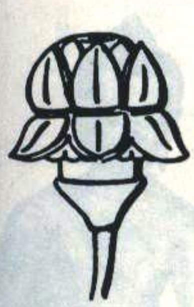
A reprodução abaixo mostra os cinco Budas junto com suas Shaktis em uma mandala. No centro, senta-se Vairochana com Vajradhatishvari; a oeste, Amitabha com Pandara; ao norte, Amoghasiddhi com Tara; a leste, Akshobhya com Lochana, e ao sul, Ratnasambhava com Mamaki.



Os Jinas podem ser caracterizados individualmente da seguinte maneira:

1. Vairochana, o que é "semelhante ao sol", domina o zênite, o centro do mundo. Ele é de um branco ofuscante e traz na mão uma roda, que simboliza a doutrina budista. Ele executa ou o gesto da pregação (Dharmachakra-Mudrā), com o qual, como brilhante pregador, anuncia o futuro Maitreya, ou o gesto do conhecimento (Bodhiagri-Mudrā), como representante da mais elevada sabedoria. Este gesto, em que a mão esquerda envolve o dedo indicador da mão direita, simboliza a união do mundo espiritual com o material.

2. Ratnasambhava, o "nascido das jóias", é representado em amarelo, ou seja, dourado. Ele é o soberano do sul. Seu atributo é a jóia, que garante a satisfação de todos os desejos, e sua mudrā é a da misericórdia (Varada-Mudrā). Ao executar esse gesto, ele chama o Buda de volta do seio da pedra preciosa.



3. Amitabha, o Buda da "luz ilimitada", o doador de vida, guarda o paraíso ocidental. Ele é representado vermelho como a cor do fogo e segura na mão uma flor de lótus, o símbolo da pureza total. Sua mudrā é a da meditação. Ele representa o Buda mergulhado na meditação e produz a claridade ilimitada que da iluminação se espalha por todo o universo. Muitos textos são dedicados a ele, entre outros, o tratado da meditação Amitabha, que mais tarde também foi traduzido para o chinês e o japonês.

4. Akshobhya, o "inabalável", é representado com um corpo azul. Ele é considerado o protetor do Oriente. Em sua mão ele segura o Vajra (belemnita ou diamante), a pedra preciosa que pode destruir todas as outras armas e pedras preciosas. O próprio Akshobhya é tão firme, duro e inabalável como este Vajra. Ele executa o gesto da iluminação (Bhumisparsha-Mudrā), com o qual, como Gautama Buda, ele derrotou o demônio Mara.

5. Amoghasiddhi, que "atinge seu alvo sem erro", é verde, e seu atributo é uma belemnita dupla (Vishvavajra), um símbolo da perfeição, duro e indestrutível. Freqüentemente, este Buda senta-se sobre a Garuda, a ave mitológica, que é igualmente considerada um símbolo da perfeição. Amoghasiddhi é o senhor do Norte, que possui uma bem-aventurança que nada pode turvar. Ele executa o gesto da discussão (Vitarka-Mudrā).

Buda Amoghasiddhi em gesto de dicussão (Tibete)

Buda Amitabha em gesto de meditação (Tibete)

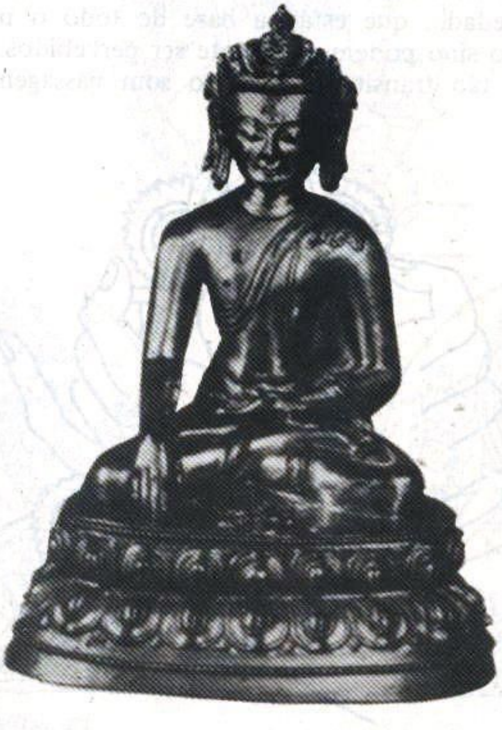
Buda Ratnasambhava em gesto de compaixão (Tibete)

Os Cinco Budas da Meditação

Buda	*Cor*	*Atributo*	*Elemento*	*Animal*	*Ponto Cardeal*	*Mudrā*	*Sabedoria*	*Época do ano*	*Shakti*	*Fatores físicos e psíquicos (Skandhas)*
Vairochana	branco	roda	espaço	dragão	Centro, Zênite	Dharma-chakra	aura, sabedoria absoluta	outono	Vajradha-tishvari	corpo
Ratnasambhava	amarelo	jóia	terra	leão	Sul	Varada	sabedoria equânime	primavera	Mamaki	sentimento
Amitabha	vermelho	lótus	fogo	pavão	Oeste	Dhyani	sabedoria discriminatória	verão	Pandara	percepção
Akshobhya	azul	Vajra (belemnita)	água	elefante	Leste	Bhumisparsha	sabedoria especular	inverno	Lochana	consciência
Amoghasiddhi	verde	Belemnita dupla	ar	Garuda	Norte	Vitarka	sabedoria que a tudo satisfaz	época das chuvas	Tara	energias impulsoras

Buda Vairochana em gesto de pregação (Tibete)

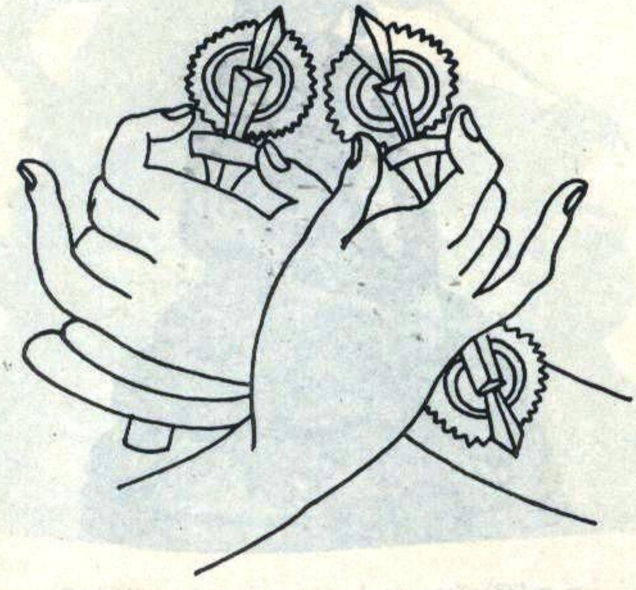
Buda Vairochana em gesto de conhecimento



Buda Akshobhya em gesto de iluminação (Tibete)

800 anos depois de Cristo, desenvolveu-se uma doutrina que tentou explicar os cinco Jinas como sendo emanações de um Adibuddha, do Buda primordial, que se tornou conhecido sob o nome de Vajrasattva (ser de diamante) ou Vajradhara (portador do diamante). O Adibuddha executa o gesto do abraço (Prajnalingabhinaya), que simboliza a união do princípio masculino (Yab) com o feminino (Yum). A unidade resultante, que está além da dualidade, leva à vivência da grande bem-aventurança. O princípio masculino é freqüentemente designado por Karuna (compaixão) ou Upaya (habilidade no método), enquanto o princípio feminino é Prajna (sabedoria) ou vazio (Shunyata). Em estado de unidade, o iogue reconhece também que no fundo não há nenhuma diferença entre Samsara (existência do mundo) e Nirvana (libertação). A libertação não está apenas em um mundo transcendente, mas também é possível em meio ao mundo do sofrimento (Samsara). O mundo fenomenal é, em última análise, idêntico ao absoluto.

No gesto do abraço, que também é chamado de mudrā do diamante (Vajrahumkara-Mudrā), a mão direita freqüentemente segura um diamante (Vajra), e a esquerda um sino (Ghanta). O indestrutível diamante, com o qual se pode destruir todas as paixões, simboliza o mundo absoluto, e o sino o mundo das aparências, ou seja, da transitoriedade, que está na base de todo o pensamento budista. Os sons do sino podem realmente ser percebidos, mas não mantidos. A vida é tão transitória como o som passageiro de um sino.



As Shaktis dos cinco Budas de Meditação

Tara

Mamaki

Pandara

Vajradhatishvari

Lochana

No Tibete e no Nepal, o Adibuddha é freqüentemente representado juntamente com sua Prajna, que está sentada em seu colo. No budismo tântrico, o abraço do par divino é considerado uma fonte do mais elevado poder. Se o Buda histórico tinha pregado que o envolvimento com mulheres afastava da libertação, nesta época os budistas do Vajrayana faziam uso total da energia ligada à relação sexual. Os iogues utilizavam esse poderoso impulso para superar as últimas ilusões da consciência superficial e para dissolver-se nas camadas mais profundas do espírito. A união sexual do casal não tem nenhuma relação com uma relação terrena, já que ocorre num plano divino, ao qual foi elevada através de rituais de iniciação.

> Não podemos esquecer que essas representações iconográficas (imagens Yab-Yum) não são representações de pessoas comuns, mas que se originam em obras imagéticas meditativas. Nesse estado, nada mais é "sexual" no sentido usual da palavra, mas existe apenas a polaridade supra-individual de todas as aparências, que está subordinada tanto ao espiritual como ao físico (que, de qualquer forma, é apenas um aspecto do espiritual). Quando essa polaridade alcança o estágio mais elevado de absorção ou integração – nós o chamamos de iluminação (Bodhi) –, ela é suspensa e torna-se Shunyata. Esse estado chama-se Mahamudrā (a grande mudrā).[57]

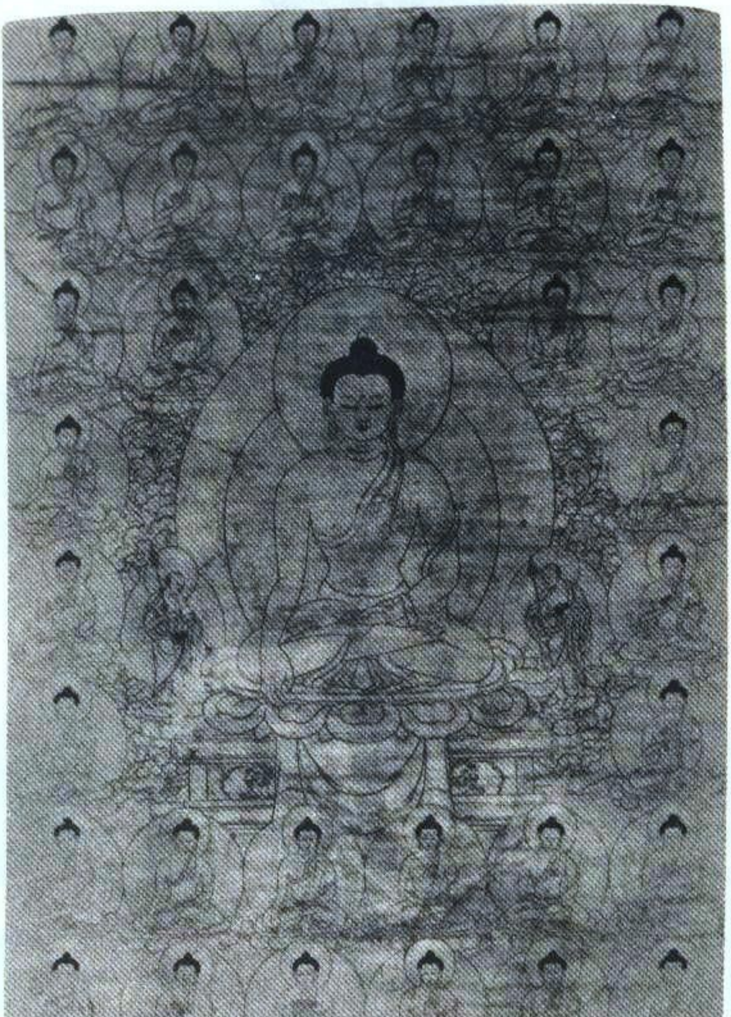
Enquanto o iogue visualiza a si mesmo como a divindade em união sexual, ele une os lados masculino e feminino do seu ser e experimenta a unidade fundamental no vazio (Shunyata).

Vajradhana com sua Shakti

57. Citado por Bharati, p. 177.

Adibuddha Vajradhana com mudrā diamantina (Tibete, séc. XVII)

Os 35 Budas desta página simbolizam, com suas várias mudrās, a confissão de 35 violações da ética budista. No meio, está sentado Gautama Buda, cuja mão direita forma o gesto da iluminação. À direita e à esquerda dele há dois jovens em pé que seguram na mão direita um bastão com uma matraca, que deve chamar a atenção dos burgueses para a chegada de alguém em busca de esmolas. Na mão esquerda, eles levam um tigela de esmolas, que simboliza a doutrina budista (Dharma).



Os 35 Budas da Profissão de Fé

Os Oito Budas da Medicina

Os oito Budas da medicina são considerados no Tibete fontes dos conhecimentos médicos e farmacêuticos. Gautama Buda, que é um desses oito Budas, tinha qualificado a si mesmo de médico e a sua doutrina de medicina. Como remédio contra o sofrimento, ele ofereceu ao mundo as "Quatro Verdades". Mas os crentes não o consideram apenas anunciador da salvação, mas também médico e psicoterapeuta prático. Ele se preocupa tanto com as doenças do corpo como com a saúde da alma para restabelecer o bem-estar moral e espiritual.

Os oito Budas da medicina dispõem do conhecimento da medicina tradicional, Ayurveda, no qual a vida é encarada como uma unidade de corpo, sentidos, espírito e alma.

A doença é vista como uma perturbação do equilíbrio entre o microcosmo (o doente) e o macrocosmo (o universo). Freqüentemente são usados extensos cálculos astrológicos no diagnóstico das diversas enfermidades, isso para que se compreenda as causas cármicas da doença, que se encontram no passado distante. Na medicina tibetana, o paciente jamais é o destinatário passivo de conhecimentos medicinais. Exige-se que ele influencie ativamente o processo de cura. Confiança, esperança, consciência, presença de espírito e uma avaliação realista de sua doença são consideradas condições emocionais ótimas para a cura de si mesmo.

O doente invoca esses oito Budas para conseguir o remédio correto.

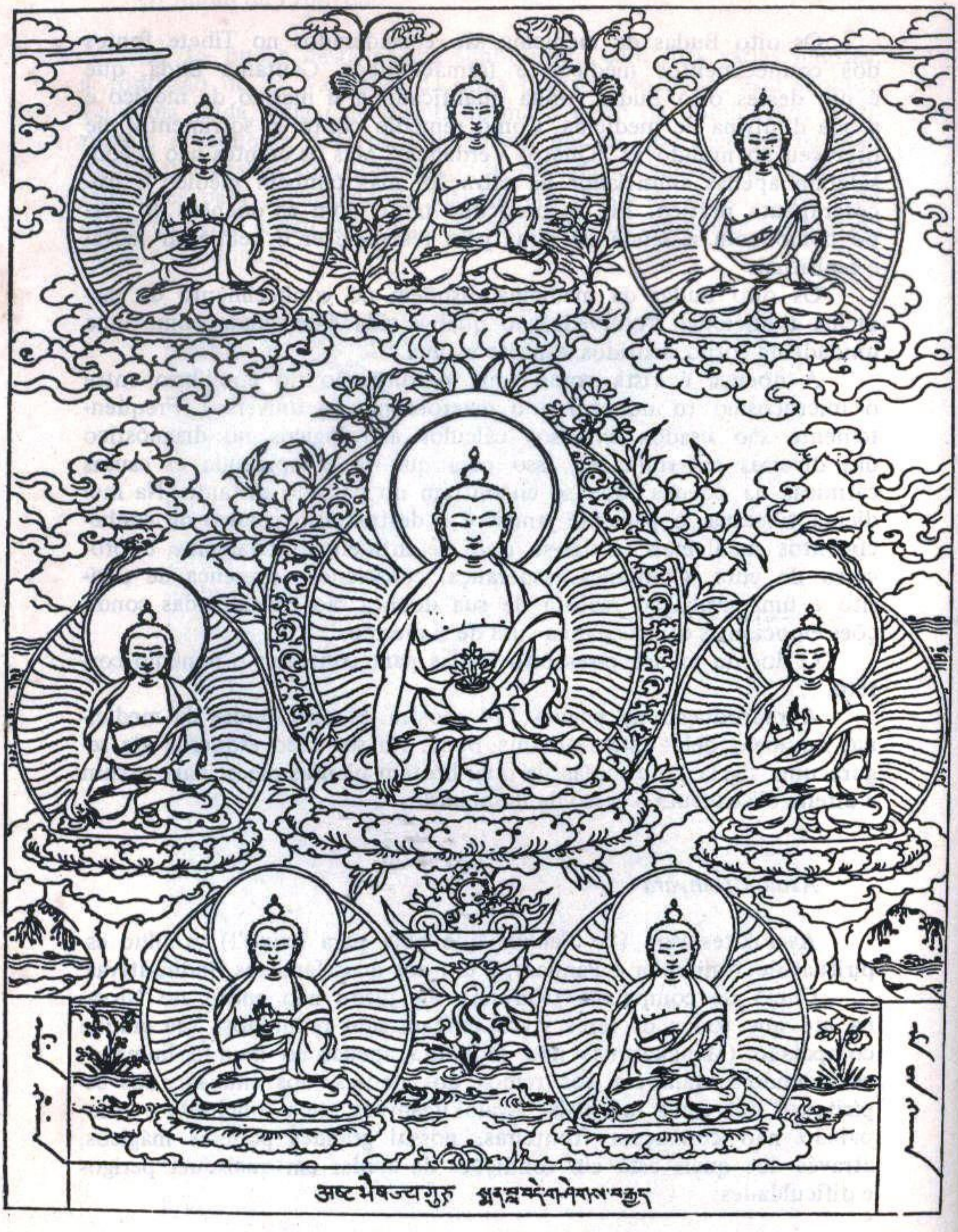
A reprodução na página 174 mostra os oito Budas da medicina; no meio deles está Gautama Buda. Na sua mão esquerda ele segura uma tigela de esmolas da qual brotam plantas medicinais, e com a direita ele executa o gesto da iluminação.

Avalokiteshvara

Avalokiteshvara ("o Senhor que olha para baixo"), o filho espiritual de Amitabha e Pandara, é um dos mais famosos Bodhisattvas.

Cheio de compaixão (Karuna), ele jurou não entrar no Nirvana até que todos os seres vivos tenham sido redimidos. Sua grande compaixão (Mahakaruna) não se limita apenas ao mundo humano, estendendo-se também aos reinos dos deuses, dos animais, dos espíritos e dos seres infernais. Avalokiteshvara, cuja solicitude e compaixão não conhecem fronteiras, possui grandes poderes mágicos, através dos quais está em condições de ajudar em quaisquer perigos e dificuldades:

> Avalokiteshvara protege caravanas contra ladrões, marinheiros de naufrágios e criminosos da condenação. Com seu auxílio, as mulheres



Os oito Budas da Medicina

conseguem ter as crianças tais como as querem. Só de se pensar em Avalokiteshvara inicia-se um incêndio, as espadas se quebram em pequenos pedaços, inimigos tornam-se generosos, algemas são abertas, bruxarias se voltam contra aqueles que as fizeram, animais de rapina fogem e serpentes perdem seu veneno.[58]

O mantra OM MANI PADME HUM, que no Tibete está escrito por toda parte nas paredes das casas e em blocos de pedra, e que também está sempre sendo pronunciado pela população, é considerado um dos presentes mais valiosos dados por Avalokiteshvara ao mundo. Este mantra apela à compaixão ilimitada de Avalokiteshvara. OM MANI PADME HUM é usualmente traduzido como "Salve, Tu, jóia no lótus". A sílaba OM simboliza a trindade: Buda, doutrina e comunidade; MANI (jóia) e PADMA (lótus) confirmam que uma pedra preciosa (Buda e sua doutrina) apareceu no lótus (mundo); HUM significa a expulsão dos demônios.

Existem quinze diferentes representações de Avalokiteshvara, que se diferenciam pelo número de braços, de cabeças, de cores e mudrās.

A reprodução da página 176 mostra-o como Shadakshari-Lokeshvara, como "senhor das seis sílabas", ou seja, do mantra OM MANI PADME HUM, que expressa a natureza do ser de Avalokiteshvara. Em sua mão superior esquerda ele segura uma flor de lótus, e em sua mão direita superior um rosário (Akshamala). A flor de lótus, símbolo da pureza, indicaria que Avalokiteshvara concede seu auxílio ao que busca a redenção sem interesse próprio, por pura compaixão. O rosário budista, que consiste de 108 pérolas, acompanha a meditação. A cada pérola o crente fala uma invocação. Adeptos de Avalokiteshvara, que chegam a dar algumas centenas de voltas no rosário diariamente, pronunciam o mantra OM MANI PADME HUM a cada pérola.

Com seu outro par de mãos, ele executa o "gesto de segurar a jóia" (Manidhara-Mudrā). Essas mãos escondem a jóia, que no budismo simboliza tanto a jóia mágica Chintamani (pedra preciosa do pensamento), que concede todos os desejos, como a "jóia da doutrina" (Dharmaratna).

Numa das mais antigas formas de representação, Avalokiteshvara é representado como Padmapani, como aquele que tem o lótus na mão. Veja página 102.

58. Conze, p. 144.

Avalokiteshvara e o Mantra
OM MANI PADME HUM

Avalokiteshvara com sua Shakti

Maitreya

Maitreya é o Bodhisattva da doutrina que tudo abrange. Os budistas acreditam que Maitreya, que no momento se encontra no céu dos deuses contentes, aparecerá na Terra quando o tempo de vida do homem tenha chegado a 80.000 anos. Segundo a cosmologia budista, a Terra passa por ciclos periódicos. Em alguns desses ciclos, ela se aprimora, em outros piora. A expectativa de vida média dos seres humanos é um sinal do valor do período em que vivem. À época do Buda, essa expectativa era de cem anos. Depois de sua época, iniciou-se o declínio, e a duração da vida se encurtou. Quando Maitreya

vier à Terra, todos os homens terão boa vontade e o coração puro. Por toda parte florescerão flores e árvores, e será possível encontrar lagos claros e montanhas de jóias. Aqueles que conquistarem méritos agora renascerão na época de Maitreya e alcançarão o Nirvana através de sua influência.

No Tibete, Maitreya é representado tanto como Buda quanto como Bodhisattva. Como Buda, ele tem cabelos curtos e encaracolados, um ponto luminoso entre as sobrancelhas (Urna) e os lóbulos das orelhas extremamente longos. Como Bodhisattva, ele é representado como um príncipe indiano com uma coroa na qual se encontra um Stupa. A posição sentada típica de Maitreya é a chamada postura européia (Pralambadāsana), que lembra a posição sentada em uma cadeira. As pernas pendem soltas do trono "à maneira européia" e os pés apóiam-se no chão.

Maitreya em gesto de pregação

Em geral, a iconografia mostra Maitreya fazendo o gesto da pregação (Dharmachakra-Mudrā). Às vezes ele segura entre o polegar e o indicador uma haste de lótus sobre a qual encontram-se a

roda e uma jarrinha com néctar (Amrita). A roda indica que Maitreya torna a colocar em movimento a roda da vida, que terá parado até seu surgimento na Terra. A jarrinha de néctar simboliza o Nirvana, a duração de vida infinita, que Maitreya derramará sobre o mundo como néctar.

Maitreya também é representado freqüentemente com três cabeças, três olhos e quatro braços na tríade com Gautama Buda e Avalokiteshvara. A cor de seu corpo e de seu rosto central é amarelo dourado, a do direito, azul, e a do esquerdo, branco. Com uma das mãos direitas ele executa o gesto da misericórdia, e na esquerda segura ou uma flor ou um vaso (Kalasha), que contém a verdade. O outro par de mãos executa o gesto da pregação.

Maitreya

Manjushri

Manjushri (que é nobre e suave), depois de Avalokiteshvara, é um dos mais significativos Bodhisattvas transcendentes. Ele é considerado a essência da inteligência, do conhecimento e da memória. Como senhor da sabedoria, ele concede a todos os que o invocam poder cognitivo e memória.

A mão direita de Manjushri simboliza seu lado masculino guerreiro. Com a espada que brande na mão direita ele aniquila de um só golpe qualquer ignorância. A espada é como um archote que leva luz à escuridão. A mão esquerda, que forma o gesto da discussão (Vitarka-Mudrā), segura uma flor de lótus que está apoiada sobre o Livro da Sabedoria Transcendente (Prajnaparamita).

Manjushri

Sarasvati

Sob a influência do Vajrayana o budismo apropriou-se de diversas divindades hinduístas. Sarasvati é uma das mais significativas.

Nos Vedas, Sarasvati era considerada uma divindade da água, sendo adorada como doadora de pureza e da fertilidade. Ela é esposa de Brahma e é designada como mãe dos Vedas. Ela é considerada deusa das artes, que incentiva a poesia, a música e a erudição. Ela provou ser prestativa com todos os deuses e concede riqueza, forças e esperteza tanto a eles como a seus adeptos. Como deusa da sabedoria perfeita, ela é considerada esposa de Manjushri, o Bodhisattva da sabedoria transcendental, que com a espada na mão direita e o livro da perfeição na esquerda elimina de um golpe as ilusões da ignorância. Na iconografia tântrica há diversas formas de representação de Sarasvati. Como Mahasarasvati, ela segura uma flor de lótus branca na mão esquerda e com a direita executa o gesto da misericórdia.

Ela tem um rosto sorridente, é extremamente compassiva e usa roupas enfeitadas com botões brancos de sândalo. Com a imensa luz que emana de seu corpo ela ilumina o mundo. Vajravina Sarasvati segura em suas mãos o alaúde, e Vajrasadara uma flor e um livro. Vajrasarasvati é de coloração vermelha. De seus três rostos, cada um com três olhos, o do meio vermelho, o direito azul e o esquer-

Vajrasarada

Vajrasarasvati

Mahasarasvati

Vajravina Sarasvati

do branco. Em suas três mãos direitas, ela segura o lótus, a espada e a serra, e nas três esquerdas a abóbada craniana, uma jóia e o disco.

Prajnaparamita

Prajnaparamita (sabedoria que passou para o lado de lá) é o título das escrituras que foram desenvolvidas filosoficamente por Nagarjuna, um grande dialético, 150 anos depois de Cristo; ele ensinou no sudeste da Índia, nas proximidades de Amaravati.

Segundo uma lenda, Gautama Buda já teria revelado em sua época esses textos, que ultrapassam as fronteiras da compreensão normal. Como, no entanto, os textos eram considerados por demais difíceis para serem compreendidos pelos seus contemporâneos, eles foram enterrados no palácio das serpentes (Nagas), no mundo inferior. Quando a época estava pronta para esses escritos, o grande erudito Nagarjuna subiu do inferno e os trouxe à superfície da Terra.

A mensagem da Prajnaparamita consiste em que a sabedoria perfeita só pode ser alcançada através da completa dissolução do

eu do total esquecimento de si mesmo e, na verdade, em um vazio (Shunyata) em que tudo o que percebemos à nossa volta passa como um sonho insignificante. Shunyata é o vazio absoluto e perfeito que ultrapassa todas as formas de dependência mútua, sujeito e objeto, nascimento e morte, Deus e mundo, algo e nada, sim e não. Na doutrina budista não há nem tempo nem espaço, nem ser nem não-ser. Ela é um nada cheio de possibilidades ilimitadas, em que o mundo profano coincide com o Nirvana.

Prajnaparamita também é, ao mesmo tempo, um Bodhisattva feminino. Ao lado de Tara, ela é uma das primeiras divindades budistas autônomas. A personificação da sabedoria transcendente teria ocorrido mais ou menos no início da nossa contagem do tempo. O budismo, que originalmente era um sistema estritamente masculino e só admitia umas poucas divindades femininas, estabeleceu então um princípio feminino ao lado do masculino. De acordo com seu ser, Prajnaparamita é tanto mãe como virgem. Como "mãe de todos os Budas", é a autora de muitas boas ações e, como virgem, permanece desinteressada e intocada. Ela produz no crente o desejo da sabedoria perfeita. Sua total inacessibilidade deve contribuir para que o interesse por ela (pela sabedoria) permaneça sempre vivo. O adorador dessa divindade pensa na "sabedoria transcendente" com a mesma intensidade com que um amante pensa em sua amada.

Prajnaparamita é representada com dois ou quatro braços. Na reprodução seguinte, ela segura em suas mãos externas o livro da sabedoria transcendente e o Vajra. Com o outro par de mãos ela executa o gesto da pregação.

Prajnaparamita

Ushnishavijaya

Ushnishavijaya ("o que vence pela protuberância do crânio") é designada como protetora da sabedoria do Buda, que estaria localizada na protuberância do crânio (Ushnisha). Assim como o Bodhisattva transcendente Prajnaparamita, ela também é chamada de mãe de todos os Budas. Na iconografia, Ushnishavijaya é representada com três cabeças e oito braços. Em suas mãos ela segura uma pequena imagem do Buda, um Vajra duplo, um vaso cheio de jóias e um laço (Pasha), com o qual atrai aqueles que não podem seguir a doutrina do Buda pelas próprias forças.

Com as mãos, ela executa o gesto de afastar o medo (Abhaya-Mudrā) e o gesto da misericórdia (Varada-Mudrā). O gesto da misericórdia e o vaso indicam a ajuda que Ushnishavijaya oferece aos crentes. Com o gesto de afastar o medo, que dá expressão às boas intenções da divindade, ela anima os crentes a se aproximarem.

Ushnishavijaya (Nepal)

Hevajra, que obteve seu nome a partir do Hevajratantra, um texto do século IX, é sempre mostrado em união com sua Shakti Nairatmya. Sua união simboliza a *unio mystica*, em que todas as polaridades são suspensas. Hevajra tem dezesseis braços, quatro pernas e oito faces, sendo que todas apresentam um olho na testa. Para expressar sua identidade com o Adibuddha e sua condição absoluta, ele executa o gesto do abraço (Vajrahumkara-Mudrā) com seu par inferior de mãos.

Hevajra (Nepal, séc. XIX)

Marichi, "a que ilumina", considerada protetora contra doenças e ladrões, pertence à categoria dos deuses. Diferentemente dos Bodhisattvas, que estão em situação de aliviar grandemente a carga daqueles que buscam a salvação e que estão karmicamente carregados, os deuses não podem transferir karma salutar para os crentes para lhes possibilitar a libertação. Os deuses (Devas), justamente através de seu karma salutar (Tun), alcançaram a mais elevada forma de existência que um ser pode realizar karmicamente, mas ainda assim, como os outros seres vivos, estão submetidos às obrigações do renascimento (Samsara). Como os deuses, levam uma existência relativamente feliz; é difícil para eles compreender a necessidade da salvação, e eles mal escutam os ensinamentos que o Bodhisattva transcendente, Avalokiteshvara, canta para eles acompanhando-se ao alaúde. Por esta razão, eles também não podem ser úteis ao crente em seu caminho rumo à libertação. Eles estão em posição, quando se trata disso, de satisfazer desejos deste lado.

Na reprodução abaixo, a deusa protetora Marichi, sentada sobre um javali, executa com a mão direita o gesto de afastar o medo (Abhaya-Mudrā), segurando com a esquerda um vaso.

Marichi (Tibete)

O Culto Tara e suas Mudrās

O budismo tibetano desenvolveu cada vez mais todo um sistema de rituais e exercícios que foram fazendo das divindades femininas objeto de adoração.

Uma das deusas mais conhecidas é Tara (estrela), a libertadora, que concede a satisfação de todos os desejos. Ela é representada com várias cores: a Tara vermelha, amarela e azul seriam terríveis; a Tara branca e a verde, suaves. Duas esposas do rei Sron Tsan Gampo, que dominou o Tibete por volta de 700 depois de Cristo, uma nepalesa e outra chinesa, são identificadas com a Tara branca e a verde. Na China, a deusa misericordiosa é conhecida pelo nome de Kwan-yin, e no Japão com o nome de Kwannon. Ambas são consideradas piedosas budistas que encheram seus reis de entusiasmo pela doutrina do Iluminado. A Tara compassiva e misericordiosa é, em geral, considerada a Shakti do Bodhisattva Avalokiteshvara, de cujas lágrimas de compaixão ela teria surgido, segundo uma lenda. Diz-se que de suas lágrimas um lago se teria formado, do qual emergiu uma maravilhosa flor de lótus em meio à qual estava sentada a bela Tara.

A Tara Branca tem sete, a Verde nove diferentes encarnações.

Em reproduções iconográficas, a Tara Branca e a Verde executam com a mão direita o gesto da misericórdia (Varada-Mudrā), e com a esquerda o gesto da discussão (Vitarka-Mudrā). Enquanto a Tara Branca senta-se em estrita posição de lótus (Padmāsana), a Tara Verde senta-se de uma maneira relaxada. Nesta postura, designada como Ardhaparyanka (meio em torno do colo), a perna esquerda está encolhida contra o corpo, a parte inferior da coxa está virada em ângulo e o pé direito apóia-se enviesado sobre um pedestal de lótus.

A mais notável característica da Tara Branca são seus sete olhos. Além de seus olhos naturais, ela os tem na testa, nas palmas das mãos e nas solas dos pés. Graças a esses olhos sobrenaturais, ela pode perceber os que buscam a salvação em todo o mundo.

A adoração de Tara, que personifica todas as virtudes do Buda, é para o crente uma possibilidade de purificar o espírito de todas as influências nocivas. Ele medita sobre essa divindade feminina e leva-lhe oferendas para eliminar todas as barreiras que representam algum obstáculo para a libertação. Através das demonstrações físicas e espirituais de respeito (mudrās, mantras e visualização) que o iogue faz à sua deusa, ele obtém poder sobre todos os demônios e torna-se capaz de ver e compreender todas as coisas. Agora ele pode penetrar no âmbito da supraconsciência e prosseguir sem mais demoras rumo à iluminação. Caso queira alcançar esse objetivo, ele naturalmente tem de desenvolver a motivação correta, que consiste em exortar todos os seres sencientes rumo à iluminação para seu próprio bem e proveito. Sem esta aspiração, seu esforço, em vez de levar a uma transcendência do eu, leva a uma inflação do seu ego.

A Tara branca (Tibete)

A Tara verde (Tibete)

Como os outros rituais tântricos, o culto a Tara engloba os três âmbitos de corpo, linguagem e espírito. Segundo a teoria tântrica, cada ação ritual, para ser bem sucedida, deve incluir os três lados de nossa existência, o corpo, a linguagem e o espírito.

Através de gestos, linguagem e meditação o iogue cria sua deusa como que de um vácuo:

> A suposição do tantrismo, de que essas divindades jamais teriam existido num sentido objetivo antes de sua invenção pelo iogue, é bastante original; somente os sacerdotes egípcios arrogaram a si mesmos capacidades semelhantes. A maioria dos sistemas mitológicos jamais ousaria roubar de suas divindades uma existência objetiva, independente. Em geral, considera-se depreciativo dizer que uma divindade "não está à disposição". Mas aqui as divindades são apenas um espelhamento. O Altíssimo é a fantasia criadora, que no entanto é restringida pela tradição.[59]

A divindade é uma ilusão, na mesma medida dos benefícios que o iogue dela recebe. Pelo método da imaginação ativa, ele se identifica com sua deusa, transformando-se ele mesmo em divindade. Então, o adorador e a adorada não se diferenciam mais um do outro.

O fato de que as criações do pensamento possuem para o aluno mais realidade que os objetos usuais do meio que o circunda decorre da própria natureza da realidade, que é o vazio. Por esta razão, visões (Sadhana), sonhos e coisas imaginadas são mais reais que os objetos com os quais nos deparamos. Ao dominar a arte de olhar, isto é, ao estar tão escolado na produção de construções mentais a ponto de ver o mundo exterior como manifestação do espírito, ele pode estabelecer contato com energias poderosas que, novamente, são o resultado de sua imaginação. Esses rituais de visualização ativa adaptam-se às propriedades dos alunos, às suas forças e fraquezas, ao grau de sua inteligência e ao nível de sua consciência. Somente os alunos adiantados conseguem permitir a entrada da divindade em seus corpos e alcançar durante algumas horas, ocasionalmente por alguns dias, em perfeita união, o estado de Samādhi (bem-aventurança).

O Ritual

No culto Tara, o iogue visualiza uma variedade de oferendas que ele apresenta à sua divindade, recitando os mantras que dele fazem parte e executando as mudrās apropriadas. O ritual está diferenciado em três âmbitos: as oferendas externas, as internas e as secretas. As oferendas externas englobam todas as coisas do mundo material que se oferece a um hóspede real ou divino. Essas oferen-

59. Conze, p. 178.

das externas, que são expressas pelas mudrās e mantras apropriados, são as seguintes:

1. ARGHAM: água para o rosto
2. PADYAM: água para os pés
3. PUSHPE: flores
4. DHUPE: incenso
5. ALOKE: lamparinas
6. GANDHE: perfume
7. NAIVIDYE: comida
8. SHABDA: música

Os Mantras e os Versos

1. Senhor, é bom que tenhas vindo e nos tenhas dado a possibilidade de conquistar méritos. Nós Te pedimos que fiques aqui após aceitar nossas oferendas.

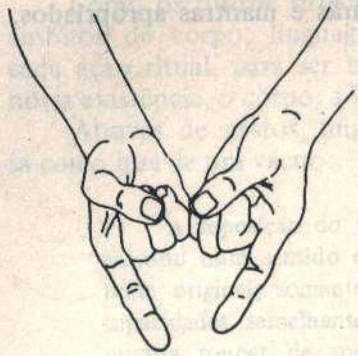
OM GURU – SARUA-TATHAGATA PRAVARA – SATKARA – MAHASTKARA – MAHA – ARGHAM, PRATICCHA HUM SVAHA!

"OM Guru e todos os Tathagatas: aceitem esta notável, respeitável e grande oferenda, HUM SVAHA!"

2. Exatamente como o Buda ao nascer foi banhado por todos os deuses, nós Te pedimos que igualmente banhes Teu corpo nesta água divina.

OM GURU – SARVA-TATHAGATA MAHA – PADYAM PRATIC – CHA HUM SVAHA!

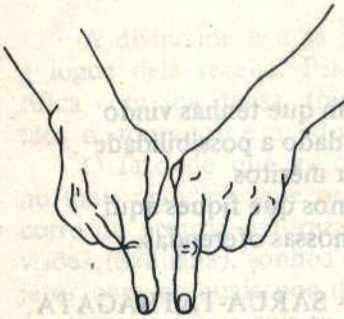
"OM Guru e todos os Tathagatas: aceitem esta água para seus pés, HUM SVAHA!"



3. Flores de lótus, azuis, brancas e vermelhas:
todas as espécies de flores,
com lindas cores, lindas formas e docemente perfumadas, nós as oferecemos à mais venerada encarnação.

OM GURU – SAVA-
TATHAGATA PUSHPE
PUJA – MEGHA – SAMUDRA –
SPHARANA – SAMAYE HUM!

"OM Guru e todos os Tathagatas: flores: a concentração do oceano que brota das nuvens de oferendas HUM!"



4. Aroma de pinhos e os mais doces aromas, os mais requintados de todo o mundo, nós oferecemos à mais venerada encarnação.

OM GURU – SARVA-
TATHAGATA DHUPE PUJA –
MEGHA – SAMUDRA –
SPHARANA – SAMANE HUM!

"OM Guru e todos os Tathagatas: incenso – a concentração do oceano que brota das nuvens de oferendas HUM!"

5. Lâmpadas de manteiga com corações de azeite,
lâmpadas de bambu e ramos de árvores frutíferas,
todas elas iluminam
a escuridão do mundo,
nós as oferecemos à mais venerada encarnação.

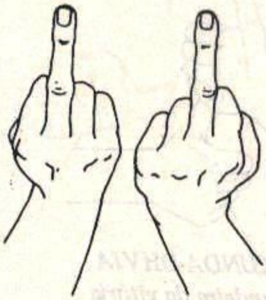
OM GURU – SARVA –
TATHAGATA ALOKE PUJA –
MEGHA – SAMUDRA –
SPHARANA – SAMAYE HUM!

"OM Guru e todos os Tathagatas: lâmpadas – a concentração do oceano que brota das nuvens de oferendas HUM!"

6. Guerreiros, madeira de sândalo e açafrão,
os perfumes mais doces,
naturais e misturados, nós os oferecemos
à mais venerada encarnação.

OM GURU – SARVA – TATHAGATA
GANDHE PUJA – MEGHA –
SAMUDRA – SPHARANA –
SAMAYE HUM!

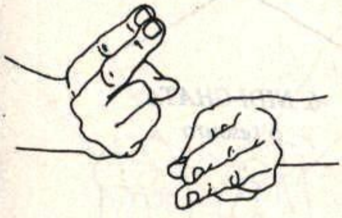
"OM Guru e todos os Tathagatas: perfume – a concentração que brota das nuvens de oferendas HUM!"



7. Arroz cozido e outra comida pura,
preparada de incontáveis maneiras,
comida de
sabor excelente, nós a oferecemos
à mais elevada encarnação.

OM GURU – SARVA-TATHAGATA
NAIVEDYE PUJA – MEGHA –
SAMUDRA – SPHARANA –
SAMAYE HUM!

"OM Guru e todos os Tathagatas: comida – a concentração do oceano que brota das nuvens de oferendas HUM!"



8. Grandiosos tambores, trompetes,
címbalos, os convidados da música,
todos os sons melodiosos do mundo,
nós os oferecemos à mais elevada
encarnação.

OM GURU – SARVA-TATHAGATA
SHABDA PUJA – MEGHA –
SAMUDRA – SPHARANA –
SAMAYE HUM!

"OM Guru e todos os Tathagatas: música – a concentração do oceano que brota das nuvens de oferendas HUM!"

Um outro exemplo das oito oferendas externas são os oito sinais da felicidade:

1. SHRI-VATSYA
o nó

2. SUVARNA-CHAKRA
a roda dourada

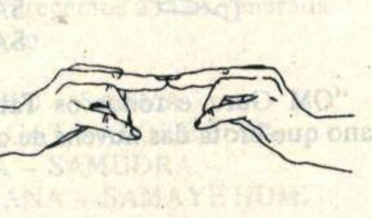
3. PADMA-KUNJARA
a flor de lótus

4. KUNDA-DHVJA
a bandeira da vitória

5. SITATAPATRA
o guarda-sol branco

6. NIDI-GHATA
o tesouro

7. SHANKHA-VARTA
a trompa de caracol

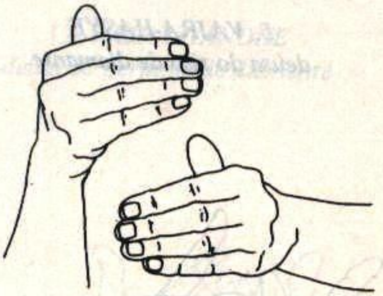


8. KANAKA-MATSYA
o peixe dourado

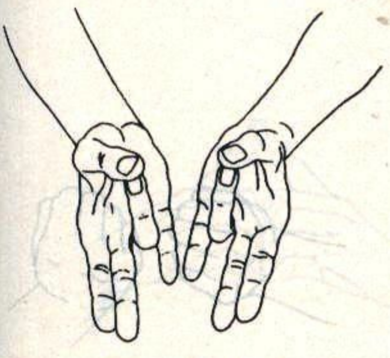
Em seguida, são oferecidas à deusa as oferendas internas, que consistem na satisfação dos sentidos. Estas oferendas não são acompanhadas de mudrãs. O iogue toma uma tigela com água em sua mão esquerda, molha o dedo direito na água, asperge algumas gotas no chão e recita o mantra OM PANCHA – AMRITA – PUJA KHAHI! "OM como esta oferenda dos cinco néctares!"

Com as dezesseis oferendas secretas, o iogue oferece prazer sensual à sua deusa:

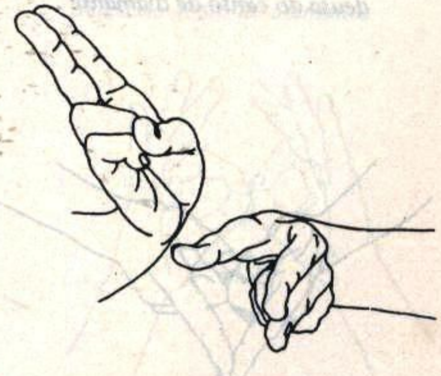
1. VAJRA-VINE
deusa do alaúde de diamante



2. VAJRA-VAMSHE
deusa da flauta de diamante



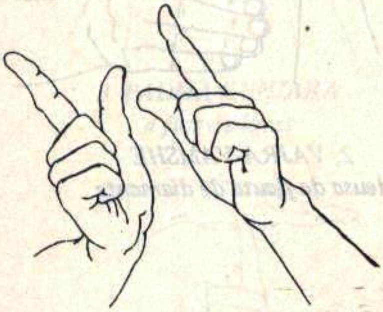
3. VAJRA-MURAJE
deusa do tabor de diamante
(tabor = instrumento indiano)



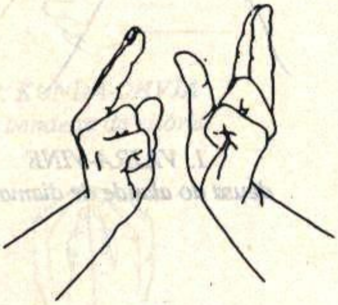
4. VAJRA-MRIDAMGE
deusa do tambor de diamante

5. VAJRA-HASYE
deusa do riso de diamante

6. VAJRA-LASYE
deusa da mímica de diamante



7. VAJRA-GITE
deusa do canto de diamante

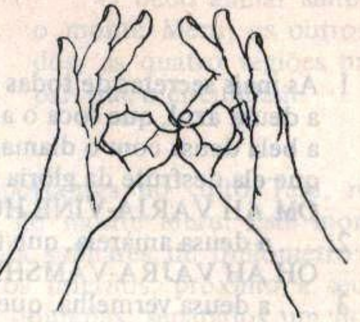


8. VAJRA-NRITYE
deusa da dança de diamante

9. VJARA-PUSHPE
deusa das flores de diamante

10. VAJRA-DHUPE
deusa do incenso de diamante

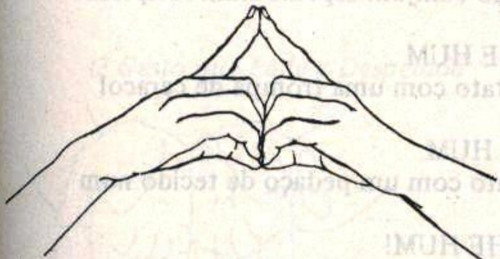
11. VAJRA-ALOKE
deusa da lâmpada de diamante



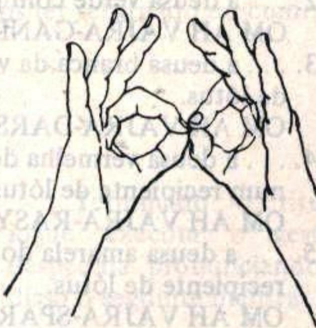
12. VAJRA-GANDHE
deusa do perfume de diamante

13. VAJRA-DARSHE
deusa da visão de diamante

14. VAJRA-RASYE
deusa do gosto de diamante



15. VAJRA-SPARSHE
deusa do toque de diamante

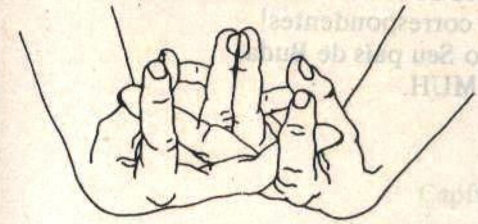


16. VAJRA-DHARME
deusa do espírito de diamante
(acontecimento mental)

Os mantras para as dezesseis oferendas secretas:

1. As mais secretas de todas as oferendas sagradas:
a deusa azul, que toca o alaúde,
a bela deusa com o diamante e o sino em suas mãos:
que ela desfrute da glória com sublime deleite.
OM AH VARJA-VINE HUM!
2. . . . a deusa amarela, que toca a flauta,
OH AH VAJRA-VAMSHE HUM!
3. . . . a deusa vermelha, que toca o tabor,
OM AH VAJRA-MURAJE HUM!
4. . . . a deusa verde, que toca o tambor,
OM AH VAJRA-MRIDAMGE HUM
5. . . . a sorridente deusa vermelha, cuja postura é orgulhosa e risonha, produz o mais doce de todos os sons,
OM AH VAJRA-HASYE HUM
6. . . . a sensual deusa azul cuja postura é orgulhosa e sensual, produz o mais doce de todos os sons
OM AH VAJRA-LASYE HUM
7. . . . a cantante deusa verde. . .
OM AH VAJRA-GITE HUM
8. . . . a dançante deusa amarela. . .
OM AH VAJRA-NRTYE HUM!
9. . . . a deusa branca com flores num recipiente de lótus
OM AH VAJRA-PUSHPE HUM
10. . . . a deusa azul com incenso num recipiente de lótus
OM AH VAJRA-DHUPE HUM
11. . . . a deusa vermelha com uma lâmpada num recipiente de lótus
OM AH VAJRA-ALOKE HUM
12. . . . a deusa verde com perfume. . .
OM AH VAJRA-GANDHE HUM
13. . . . a deusa branca da visão com um espelho num recipiente de lótus.
OM AH VAJRA-DARSHE HUM
14. . . . a deusa vermelha do tato com uma trompa de caracol num recipiente de lótus.
OM AH VAJRA-RASYE HUM
15. . . . a deusa amarela do tato com um pedaço de tecido num recipiente de lótus.
OM AH VAJRA-SPARSHE HUM!
16. . . . a deusa azul do espírito com a fonte de todos os acontecimentos num recipiente de lótus.
OM AH VAJRA-DHARME HUM

A Mudrā Mandala



O dedo anular simboliza o monte Meru; os outros dedos, as quatro regiões principais que o circundam.

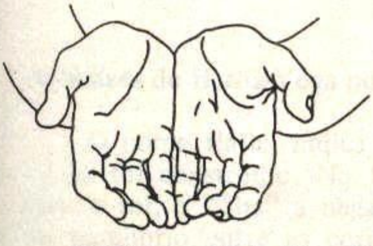
Esta mudrā, uma das mais importantes no culto Tara, representa a divindade no reino dourado do monte Meru. Este monte é uma montanha mística que se projeta milhares de quilômetros nas alturas. Em seu sopé, encontram-se os infernos; próximo a seu cume, o céu. Sete anéis de montanhas douradas, separados um do outro por sete mares, circundam esta montanha central. Externamente a esses anéis, estende-se um oceano com quatro continentes, cada um deles em cada um dos pontos cardeais principais. O Kalachakra descreve este universo como uma mandala em cujo centro encontra-se a montanha do mundo, Meru. Às vezes o iogue visualiza esta mandala em seu próprio corpo:

> Imagine a parte central (a coluna vertebral) de seu corpo como o monte Meru, os quatro membros principais como os quatro continentes, os quatro pequenos membros como os subcontinentes, a cabeça como o mundo dos Devas, os dois olhos como o sol e a lua.[60]

Ao visualizar o antropocosmos, o iogue reconhece que tudo pode ser encontrado em seu próprio corpo. Através da perfeita construção harmônica da mandala, na qual nada falta, ele reconhece o mundo como Nirvana e vê todos os seres como Budas. Através de numerosas meditações sobre esta mandala, ele finalmente reconhece e sente que, para onde quer que ele vá, a divindade central permanece no mesmo lugar.

Através da visualização do monte Meru, o iogue terá atingido um equilíbrio e uma firmeza que ele, após ter retornado do cume, pode agora sustentar em sua vida diária.

O Gesto que Pede a Despedida



Terminado o ritual, o iogue executa o gesto da despedida pronunciando além disso o seguinte mantra:

60. Citado por Eliade, Mircea: *Yoga, Unsterblichkeit und Freiheit*, p. 245.

OM! Você serviu ao objetivo de todos os seres vivos:
conceda-nos as capacidades mágicas correspondentes!
Ainda que Você tenha viajado para o Seu país de Buda,
Eu lhe peço que volte. OM VAJRA MUH.

Capítulo 5

MUDRĀS DO HATHA-YOGA

No Hatha-Yoga, que tem suas raízes no tantrismo, a palavra mudrā designa tanto posturas das mãos quanto do corpo.

A Gheranda-Samhita, que trata do Hatha-Yoga, descreve 25 mudrās que não apenas atuam de maneira positiva sobre o corpo e a mente mas também despertam forças espirituais. As mudrās sensibilizam o praticante a perceber de forma mais intensiva as mensagens de seu corpo e a comunicar-se com este. Ao executar uma mudrā, o iogue permite que sua consciência penetre em todas as fibras de seu corpo e se abandona às energias sutis que o percorrem.

Através da utilização das mudrās e das bhandas (contrações) pode-se também dominar a respiração e os músculos bem como os nervos da região genital. O controle da respiração (Pranayama) e da região genital produz uma paralisação dos pensamentos perturbadores, "imobilizando" o estado de consciência. O Hatha-iogue, que domina esta técnica, não é mais perturbado pela incessante atividade de seu espírito, mas encontra-se num estado de profunda concentração e vivencia calma e paz perfeitas.

Algumas escolas tântricas combinaram as mudrās com práticas sexuais para acelerar a ascensão da Kundalini. Kundalini é a energia primordial semelhante a uma serpente enrolada que se encontra na extremidade do canal que atravessa a coluna vertebral. Com a ajuda de determinadas mudrās, ela se eleva até o chakra superior (ver reprodução dos chakras na pág. 225), até o centro da luz pura. O caminho da Kundalini deve levar à grande experiência da liberdade que está na união dos contrários e, com isso, em sua suspensão.

As Raízes do Hatha-Yoga no Tantrismo

O nome Hatha indica a doutrina tântrica sobre a qual o Hatha-Yoga foi construído. No tantrismo, "Ha" simboliza a energia positiva, o sol, e "Tha" a negativa, a lua. Com isso Hatha é a expressão do equilíbrio entre as correntes positiva e negativa no ser humano. A unidade de sol e lua corresponde à fusão de Shiva e Shakti. Esta

dialética dos contrários é o tema favorito dos tântricos, que têm por objetivo a união dos contrários, para com isso retornar à unidade original. A união dos contrários é chamada de Maithuna (união) nos textos tântricos. Esta união, que tradicionalmente é preparada por um guru, realiza-se hoje geralmente através da sublimação em planos espirituais e é representada pelo casal de deuses ou símbolos correspondentes. Por toda parte, na arte hinduísta da Índia e na arte budista, especialmente do Tibete e do Nepal, encontra-se o casal divino ligado pela união mística.

O tantrismo diferencia um Tantra de direita e um de esquerda. A diferença entre os dois grupos consiste principalmente em sua postura em relação à sexualidade. Enquanto o Tantra de direita é praticado no plano puramente espiritual com a ajuda de símbolos, o de esquerda o faz na realidade.

No Tantra de esquerda, o casal humano transforma-se em divino através da união sexual. No hinduísmo, toda a atividade recai sobre a Shakti, a que ama, enquanto o deus permanece totalmente imóvel. A concepção de que o masculino equivale ao passivo é expresso no pensamento de que Shiva seria o colchão da deusa, ou o banquinho em que ela apóia os pés.

Nos textos tântrico-budistas, o amante masculino desempenha o papel ativo no ato de amor iogue:

> Logo após abraçar sua parceira (mudrā) e introduzir seu membro em sua "casa Varja" (conceito Sandha corrente para vulva), ele bebe dos lábios dela, dos quais escorrem gotas de leite, faz com que ela arrulhe ternamente, goze abundantes alegrias e que suas coxas tremam; revela-se Cupido, o ser de diamante (Vajrasattva) do homem.[61]

Até hoje não foi esclarecido em definitivo o porquê de a função dinâmica recair sobre o princípio masculino e a estática sobre o feminino no budismo. Alguns pesquisadores são da opinião de que a influência chinesa do taoísmo, em que o elemento masculino (Yang) aparece como dinâmico e o feminino (Yin) como estático, pode ser notada nos princípios tibetano-budistas de Yab (masculino) e Yum (feminino). Mas pode ser também que essa classificação tenha acontecido de forma puramente arbitrária.

A união sexual (Maithuna) não é um ato profano, mas uma ligação em que o casal, solto como os deuses, não mais está submetido à lei da morte. A inexprimível vivência da unidade é designado como o estado de incondicionalidade, de espontaneidade (Sahaja) pura.

Em Maithuna, o sêmen não pode ser ejaculado, pois o estado de bem-aventurança nirvânica só pode ser alcançado através da imobilização da respiração, do pensamento e do sêmen. As técnicas tân-

61. Citado por Bharati, p. 172.

Par tântrico (Madras, séc. XVIII)

tricas querem ajudar a pessoa a aprender a se concentrar. Esta concentração ou unissonância é alcançada através da técnica tântrica da tríplice imobilização.

A imobilização é entendida hierarquicamente. A paralisação da respiração é o primeiro passo, e o mais fácil; o controle do jato de sêmen durante o ato sexual é o seguinte, e o domínio dos pensamentos é o passo mais elevado. Esses controles, que se pode aprender sob a direção de um preceptor, devem finalmente ocorrer simultaneamente. O guru que tiver conseguido estabilizar em si esses controles é o único que está em condições de avaliar seu aluno no que se refere à sua capacidade potencial de dominar essa disciplina. Ele observará seu aluno por longo tempo em estreita simbiose. O guru decide também qual mantra dará a seu aluno, através do qual este então poderá aprender o tríplice domínio que leva ao êxtase. Por três vezes o mestre sussurra o mantra no ouvido direito de seu aluno e faz com que ele o repita três vezes. O mantra não pode ser escrito, pois nesse caso perderia o seu poder.

O domínio da respiração pode ser aprendido com relativa facilidade. O processo é mais ou menos o seguinte: o mantra serve ao iniciado de unidade de tempo para praticar a contenção da respiração. Em seguida, ele aprende a praticar o controle da respiração jun-

tamente com sua Shakti ou Mudrā (nome da parceira do sexo feminino no budismo). Ele executa com ela a união sexual, que é explicada pelo guru nos mínimos detalhes e em todas as variações. Em geral, a iniciada senta-se a cavalo no colo do iogue, que por sua vez assume uma das posturas tradicionais do Yoga. A iconografia budista, mas sobretudo a tibetana, mostra uma grande variedade dessas posições para expressar imageticamente a fusão dos pólos opostos e a tranqüilização de todas as tensões.

A tríplice imobilização expressa a idéia básica de que toda atividade corporal e espiritual é interrompida transformando-se numa espécie de "receptividade concentrada". Sudhir Kakar, um psicanalista indiano, descreve este estado da seguinte maneira:

> Por receptividade concentrada entendo a circunscrição de um estado psicológico especial ("estado de consciência", como reza a expressão em voga atualmente) que se diferencia da nossa maneira de pensar normal, espiritualmente ativa e voltada para a solução de problemas, que é o componente herdado do nosso desenvolvimento de lactante até a idade adulta. Aparentando, em muitos aspectos, com o que Keats chamou de "capacidade negativa do artista", esta atenção de uma pessoa em estado de receptividade concentrada é realmente concentrada, mas não dirigida. O tipo de receptividade a que eu me refiro aqui tampouco deve ser simplesmente comparado com um estado passivo. A receptividade concentrada está repleta de uma concentração tensa que, no entanto, não é utilizada para o pensamento categorizador ou para a apreensão ativa da percepção, mas para a contemplação não discursiva, desperta.[62]

O momento de tensão que surge com o domínio simultâneo da respiração durante a união com a Shakti ou Mudrā provoca, evidentemente, uma interrupção das funções perturbadoras do pensamento. Essa tríplice interrupção é designada na linguagem secreta tântrica como as "três jóias" ou os "três tipos de néctar". Devido a seu caráter inconstante, os pensamentos são chamados de macaco, que dificilmente se deixam controlar; a respiração, devido a seu movimento lento e persistente, é chamada de crocodilo, e o esperma como sol, de néctar ou espírito da iluminação.

Os tântricos se dividem em duas classes: os Samayin, que se esforçam por atingir a união através de exercícios espirituais, e os Kaula, que se dedicam a rituais concretos. O duplo sentido do vocabulário erótico na literatura tântrica torna difícil para o leitor constatar até que ponto a descrição de um ritual deve ser entendida literalmente.

O tantrismo ensina que uma pessoa só está livre quando "anula a diferenciação sexual e dissolve sua identidade sexual em um tipo

62. Kakar, Sudhir: *Schamanen, Heilige und Ärzte*, pp. 185, 186.

de bissexualidade. O ponto de vista do tântrico, de que ele possui em seu próprio corpo o masculino e o feminino, faz com que a vivência de uma dupla alegria permanente do tipo 'dois-em-um' e o restabelecimento de uma androginia primordial sejam o grande objetivo de incontáveis práticas tântricas."[63] O mais elevado híbrido indiano é naturalmente Shiva. Nos mitos hinduístas, ele surge freqüentemente como "meio-homem-meio-mulher".

Os tântricos "em refrescante medida parecem estar livres da concepção convencional de que a atividade é masculina e a passividade feminina, e podem por isso oscilar entre um estado de ser passivo e um ativo, sem com isso ter a sensação de que sua identidade está sendo ameaçada".[64]

A Imagem Tântrica do Corpo

Ao contrário da concepção ocidental, que vê todos os orifícios do corpo como sujas portas de resíduos, o Hatha-iogue tântrico considera seu corpo como uma "casa com uma coluna e nove portas", que estão voltadas para as cinco divindades e com cujo auxílio pode-se chegar à perfeição. O corpo é um templo sagrado, um local de glória. O objetivo do Hatha-Yoga tântrico é controlar totalmente o corpo, transfigurá-lo, torná-lo sagrado, para que ele se transforme num "corpo divino". A importância do precioso corpo humano é tão acentuada no tantrismo por essa razão, porque a iluminação nunca pode vir de fora. Tudo existe no corpo, ou seja, na consciência. O corpo é uma fonte da mais profunda verdade, uma possibilidade de se pesquisar e experimentar a si mesmo.

O corpo humano é idêntico à parte física do cosmos, à natureza. O ser humano é uma reprodução minúscula do grande cosmos. Todas as propriedades que estão presentes no cosmos também foram instaladas no ser humano.

Segundo o ponto de vista do tantrismo, o corpo, assim como a natureza com suas modificações inevitáveis, encontra-se num estado de fluxo ininterrupto. Um texto bengali do século XIX expressa a relação interna entre corpo e cosmos da seguinte maneira:

> Neste universo, há uma grande roda de energia transformadora (Maya-Chakra) que gira incessantemente. As pequenas rodas individuais de energia transformadora nos corpos dos seres vivos estão ligadas a essa roda. Quando uma grande roda movida a vapor se move como energia de propulsão, todas as partes da máquina se movimentam junto com ela e cumprem sua função sem atritos. É o mesmo que acontece com as pequenas rodas de energia transformadora, que através da ligação

63. Kakar, p. 161.
64. Citado por Kakar, p. 186.

com a grande roda movimenta-se no corpo do ser vivo individual: elas contribuem executando as funções corporais tais como o controle da circulação sangüínea, a digestão do alimento, a inspiração e a expiração, os movimentos para frente e para trás.[65]

Em vista da concepção ocidental, segundo a qual o corpo distingue-se nitidamente dos outros objetos do mundo, é compreensível que "a curiosa concepção indiana quanto aos efeitos do mundo natural sobre o corpo e a alma dos seres humanos, por exemplo, quanto à ação das constelações planetárias, do solo terrestre, dos campos magnéticos, do ritmo das estações do ano e do dia, das pedras e metais preciosos sejam sumariamente desterrados para o reino da fantasia, onde são de interesse para o pequeno grupo de 'fiandeiros' da sociedade ocidental".[66]

História e Mitologia

Já nas culturas Harappa e Mohenjo-Daro, cujo auge pode ser colocado entre 2500 e 2000 a.C., encontram-se posturas corporais em representações iconográficas que são utilizadas no Hatha-Yoga. Até mesmo o deus Shiva, como o deus com três faces sentado num trono baixo, é mostrado numa postura característica do Yoga, com as pernas cruzadas.

Os Vedas, os Upanishades, o Mahabharata e o Bhagavad-Gita descrevem as posturas corporais representadas no Hatha-Yoga sem no entanto mencionar a palavra Hatha. O conceito Hatha-Yoga está ligado ao nome de um asceta: Goraknath, o fundador da ordem Kanphata-Yogi. Goraknath teria mantido uma estreita relação com o budismo tântrico e o hinduísmo. Não se conhece quase nada sobre a personalidade histórica desse homem, exceto que ele teria vivido entre os séculos IX e XII depois de Cristo. Ele realizou uma síntese entre os elementos do budismo tântrico e aqueles do tantrismo shivaíta, da magia, da alquimia e do Yoga. A literatura dos Kanphata-Yogis contém um número de textos hatha-iogues tais como Hatha-Yoga-Padipika, Gheranda-Samhita e Shiva-Samhita. Esses textos também tratam das louvadas práticas sexuais tântricas, mas a magia e o Yoga como meios para se alcançar a liberdade e a "imortalidade" desempenham um papel maior. Os Goraknathi são considerados magos e curandeiros, e têm fama de possuir poderes sobrenaturais. Para eles, Shiva é a suprema divindade e o fundador do Yoga.

Segundo uma tradição, o guru de Goraknath teria sido Matsyendranath, que teria recebido a revelação diretamente de Shiva. O mito fala de uma conversa iniciatória entre Shiva e sua mulher

65. Citado por Kakar, pp. 242, 243.
66. Kakar, pp. 244, 245.

Parvati, a irmã de Ganga (Ganges) e filha do Himalaia. Um dia, no litoral, Shiva ensinou a disciplina do Yoga à sua esposa. No entretempo, Parvati adormeceu, mas por sorte Matsyendranath ouvira tudo, pois tinha se escondido na água sob a forma de peixe.

A Gheranda-Samhita

A Gheranda-Samhita, que trata do Hatha-Yoga, é um diálogo entre Gheranda e Chandakapali. Alguns versos coincidem literalmente com os dos tratados do Hatha-Yoga (literalmente: pequena lâmpada do Yoga). O tratado Gheranda está dividido em sete partes ou Sadhanas. A primeira parte descreve as purificações, das quais distinguem-se seis tipos: Dhauti, Bhasti, Neti, Nauli, Trataka e Kapala-Bhati. A segunda parte refere-se às āsanas, as posturas corporais, sendo descritas 32 delas.

A terceira parte descreve 25 mudrās que exercem grande influência sobre o corpo e a psique. Na quarta parte, Gheranda fala de Pratyahara, a subtração à atividade de sentir do domínio do mundo exterior; na quinta do Pranayama, o controle da respiração; na sexta, sobre diversas técnicas de meditação e, na sétima, sobre o estado de Samādhi (bem-aventurança).

A Gheranda-Samhita indica o efeito terapêutico desses vários exercícios. A prática, durante algum tempo, das āsanas, dos exercícios de respiração, das bandhas e das mudrās pode:

> . . . conter um comportamento inconstante ou nervoso, desenvolver o entusiasmo no interior do corpo, organizar a estabilidade interior, de tal forma que variações de temperatura e influências climáticas possam ser suportadas; modificar a qualidade do sentido do gosto e a sensação da mucosa da boca e da garganta, e ajustar positivamente o estado de saúde de todo o aparelho digestivo e do revestimento externo do corpo (a pele). Mas a maneira em que tais posturas corporais e técnicas de respiração, aparentemente simples, podem relacionar-se com efeitos tão abrangentes somente pode ser esclarecida recorrendo-se ao pensamento central desse texto: o corpo humano é o elo de ligação entre a vontade de viver humana, pura e simples, e as condições de seu meio ambiente. As exteriorizações do corpo (postura e respiração) são antenas sensíveis dessa intermediação.[67]

A execução das Mudrās

Jnana-Mudrā, O gesto do Saber

Execução

– Assuma a postura de meditação.

67. Lobo, Rocqe: *Jahrbuch für Yoga*, pp. 46, 47.

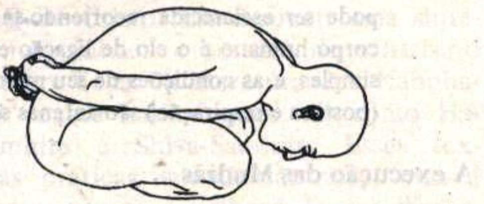
– As palmas das mãos apontam para cima em direção ao céu; todos os dedos, inclusive o polegar, estão esticados. O dedo indicador fecha-se para formar um anel com o polegar. A unha do dedo indicador toca a parte interna do polegar na junta da primeira falange.
– Apóie as costas das mãos sobre os joelhos da maneira descrita.

Chin-Mudrā, o Gesto do Saber

Execução
– Desta vez, as palmas das mãos, em vez de apontar para o céu, estão voltadas para baixo em direção à Terra.

As duas mudrās podem ser utilizadas na postura de meditação. Cada dedo tem seu próprio significado simbólico. Os dedos mínimo, anular e médio simbolizam as três Gunas (propriedades): Tamas (escuridão, letargia), Rajas (atividade, paixão) e Sattwa (pureza, sabedoria). O dedo indicador simboliza Jivatma (a alma individual) e o polegar Paramatma (a extrema consciência cósmica). A união do polegar e do dedo indicador representa o objetivo do Yoga: a integração cósmica do eu e do si-mesmo (*self*).

Yoga-Mudrā, o Selo do Yoga



Execução
– Sente-se na posição de lótus.
– Estire o corpo e feche os olhos.
– Com a mão direita, segure o pulso esquerdo por trás das costas (ou vice-versa).
– Inspire profundamente e incline o corpo lentamente para a frente enquanto expira, avançando o queixo tanto quanto possível.
– Permaneça imóvel por um momento nessa posição e respire profunda e regularmente.

Duração

– Principiantes: aproximadamente um minuto.
– Adiantados: de dez a quinze minutos ou mais.

Efeito

O Yoga-Mudrā atua sobretudo no abdômen e na coluna vertebral. Através da inclinação, o diafragma afunda e força as vísceras para baixo, o que leva a uma estimulação geral de todas as funções vitais importantes localizadas na barriga. A curvatura das costas faz com que toda a coluna vertebral se torne flexível. Dessa maneira, segundo os iogues, o despertar da Kundalini, que dorme na extremidade inferior da coluna vertebral, é acelerado.

Bhuchari-Mudrā,
Olhar para o Vazio

Execução

– Sente-se em postura de meditação.
– Sente-se de preferência diante de uma parede branca, para que nada o distraia.
– Apóie a mão esquerda sobre o joelho.
– Erga a mão direita até o rosto; o braço está na posição horizontal e os cotovelos dobrados.
– A mão está esticada, a palma da mão aponta para baixo e os dedos estão voltados para a esquerda.
– Coloque o polegar entre o nariz e o lábio superior.
– Fixe os olhos no dedo mínimo.
– Retire a mão por um momento e apóie-a sobre o joelho direito, mas não pare de fixar o ponto onde se encontrava seu dedo mínimo.
– Permaneça tanto quanto possível nessa posição e concentre-se no vazio.
– Não pense em nada além do vazio.

Efeito

– Desenvolve a memória e a capacidade de concentração.
– Prepara de maneira notável para a meditação.
– Favorece a paz de espírito.

Shambavi-Mudrā ou Bhrumadhya-Drishti, o olhar voltado para o ponto entre as sobrancelhas

Origem
Esta Mudrā deriva seu nome do deus Shiva, que também era conhecido pelo nome de Shambhumath porque praticava este exercício.

Execução
– Sente-se em postura de meditação e apóie as mãos em Chin ou Jnana-Mudrā sobre os joelhos.
– Fixe os olhos em um ponto diante de si.
– Então, sem mover a cabeça, olhe para o alto tanto quanto possível.
– Dirija então seu olhar para o espaço entre as duas sobrancelhas.
– Tente acalmar seus pensamentos e não pensar em nada.

Duração
No início, este exercício deveria ser executado apenas por alguns minutos. Pessoas adiantadas podem aumentar o tempo de acordo com a própria experiência.

Efeito
– A Shambavi-Mudrā caracteriza-se nos Tantra-Shastras por ser uma das técnicas mais altamente desenvolvidas do Yoga. Com o auxílio desta Mudrā pode-se transcender o mental e penetrar no reino da consciência suprema.
– Shambavi fortalece os músculos dos olhos.
– Esta Mudrā leva à calma mental e afasta o *stress*.

"Os Vedas, as escrituras, as Puranas, são como mulheres públicas, mas Shambavi deveria ser guardada como uma dama de uma família respeitada."[68]

68. Vasu, Sris Chandra: *The Gheranda Samhita*, p. 66.

Agochari-Mudrā ou Nasikagra-Drishti, a concentração na ponta do nariz

Execução

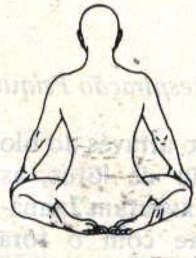
- Sente-se em posição de meditação.
- Dirija o olhar para a ponta do nariz.
- Quando executar o exercício apenas por um breve momento, contenha a respiração enquanto estiver fixando a ponta do nariz.
- Caso o exercício seja praticado durante um intervalo de tempo mais longo, você pode respirar normalmente.

Aumente a duração do exercício no decorrer de várias semanas ou meses. De maneira alguma force demasiadamente seus olhos.

Efeito

Este exercício, como a Shambavi-Mudrā, desenvolve a capacidade de concentração e estimula o Chakra Muladhara (reprodução dos Chakras na página 225).

Manduki-Mudrā, a Mudrā do sapo



"O corpo não se torna nem doente nem velho, mantendo sua constante juventude; os cabelos dos que executam esta Mudrā jamais se tornam grisalhos."[69]

Execução

- Sente-se na postura do sapo (ver reprodução acima) e pratique a Agochari-Mudrā (ver acima).
- Inspire e expire lentamente pelo nariz.
- Concentre-se em todos os aromas.

69. Vasu, p. 65.

Akashi-Mudrā, a consciência do espaço interior

Execução

- Sente-se em postura de meditação.
- Curve a língua para trás, a ponta da língua toca o palato (céu da boca).
- Execute Ujjayi-Pranayama (ver abaixo) e Shambavi-Mudrā (ver pág. 208).
- Ao mesmo tempo, incline a cabeça levemente para trás.
- Respire lenta e regularmente.

Duração

Permaneça tanto quanto possível na postura final. Quando o exercício se tornar demasiado fatigante, relaxe o rosto e descanse por alguns momentos antes de recomeçar do início.

Concentração

A concentração no Chakra entre as sobrancelhas (Ajna) desenvolve a intuição.

Ujjayi-Pranayama, a Respiração Psíquica

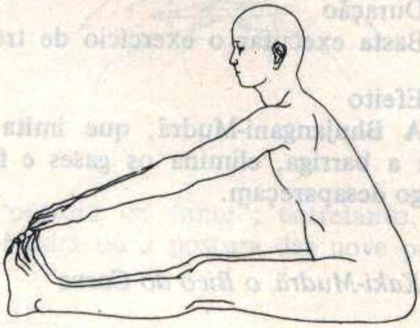
- O Ujjayi é alcançado através do bloqueio da glote.
- Sente-se na posição de lótus, as costas das mãos apóiam-se sobre os joelhos e executam Jnana-Mudrā.
- Respirar lentamente com o tórax controlando o diafragma. Durante toda a inspiração, a glote permanece parcialmente fechada e produz um som que pode ser comparado ao ressonar de um bebê.
- Ao final da inspiração, a respiração é retida, fechando-se totalmente a glote (no máximo, dois minutos).
- Abrir a glote levemente, puxar fortemente o diafragma e expirar. A expiração deve ser no mínimo duas vezes mais longa que a inspiração.
- Ao final da expiração, a respiração é contida por dois segundos, seguindo-se então a inspiração.

Concentração

Durante todo o exercício, deve-se concentrar na passagem do ar pelo nariz e no ruído produzido pelo ar ao passar pela glote.

Efeito
Ujjayi provoca uma introspecção mental, que por sua vez acalma a atividade indesejada, intelectual, do espírito. Ela ajuda a chegar a uma postura meditativa e desperta energias psíquicas.

Tadagi-Mudrā,
o Barril



Execução
- Sente-se em posição de Pashimottāsana, ou seja, estique as pernas para a frente e segure os dedos dos pés com ambas as mãos.
- Inspire profundamente, expandindo o abdômen tanto quanto possível.
- Segure a respiração por um instante, e então expire e relaxe todo o corpo. Não solte os dedos dos pés.
- Inspire novamente, e novamente expire relaxando.
- Inspire então profundamente de novo e repita todo o processo.

Duração
Dez vezes sucessivas.

Concentração
No Chakra Manipura.

Efeito
A Tadagi-Mudrā é um exercício excepcional para todos os órgãos do baixo-ventre e da barriga. Todas as funções que aí ocorrem são estimuladas, especialmente as do aparelho digestivo.

Bhujangani-Mudrā, a Respiração da Naja

Execução
- Sente-se em posição de meditação.
- Relaxe todo o corpo. Nesta Mudrā você precisa "beber" o ar pela boca.
- Tente dirigir a respiração para a região da barriga e não para os pulmões. Imagine que você ingere o ar em pequenos goles, como se estivesse tomando um copo d'água.

– Expanda a barriga tanto quanto possível e retenha o ar por um instante nessa região.
– Deixe então que o ar saia novamente, arrotando.
– Repita o exercício.

Duração
Basta executar o exercício de três a cinco vezes sucessivamente.

Efeito
A Bhujangani-Mudrā, que imita a respiração da serpente, fortalece a barriga, elimina os gases e faz com que os achaques do estômago desapareçam.

Kaki-Mudrā, o Bico do Corvo

Execução
– Adote a posição de meditação.
– Dê aos lábios a forma de um cano.
– Dirija o olhar para a ponta do nariz.
– Inspire lenta e profundamente pela boca.
– Expire então lentamente pelo nariz, fechando a boca.
– Recomece do início.

Duração
Tão freqüentemente quanto possível.

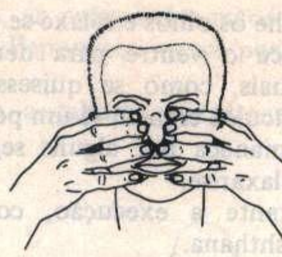
Efeito
Esta Mudrā estimula o intestino, o ventre e o palato. Ela serve tanto como preparação como para a eliminação de muitas doenças nessa região. Kaki-Mudrā pode influenciar positivamente as qualidades do paladar e o estado de saúde de todo o trato digestivo e o revestimento externo do corpo (pele).

"Kaki-Mudrā ou o 'selo da gralha' revela as qualidades doce, azeda e também salgada numa original mistura de sensações.

Além disso, o exercício deveria exercer uma influência calmante sobre o estado físico geral. As sensações do paladar para o doce, salgado e azedo distribuem-se no terço anterior da língua. A sensação do paladar para o amargo, ao contrário, encontra-se mais atrás. Pessoas nervosas, acometidas por tempestades internas recebem, de acordo com os antigos médicos e iogues indianos Susruta e Vagabhata, refeições doces, azedas e picantes, e elas as desejam. Kaki-Mudrā supre esta carência, que afeta o corpo e se manifesta no apetite. Além disso, é evidente que, com o auxílio dos impulsos do nervo olfativo, ela quer atingir o bulbo raquidiano para dirigir a este centro do cérebro uma abrangente regulação dos processos corporais."[70]

70. Lobo, pp. 50, 51.

Yoni-Mudrā ou Shanmukti-Mudrā, a Fonte Psíquica



Nos textos tântricos, designa-se por Yoni o órgão sexual feminino. A união de Shiva e Shakti é freqüentemente representada pelos símbolos do Linga (falo) e da Yoni.

Yoni-Mudrā chama-se a "postura da fonte"; entretanto, chamam-na também de Shanmukti-Mudrā ou a postura das nove portas.

Execução

- Sente-se em posição de meditação e inspire lenta e profundamente.
- Segure a respiração e, com os polegares, tape os ouvidos, os olhos com os indicadores, as narinas com os dedos médios e a boca com os dedos anulares e mínimos.
- Permaneça por um momento nesta postura e, então, retire os dedos da face e expire.
- Repita esta Mudrā algumas vezes.

Efeito

A Yoni-Mudrā é uma excepcional preparação para Pratyahara (o recolhimento dos sentidos) e fortalece progressivamente contra invasões de fora.

Vayroli-Mudrā, a Mudrā do Relâmpago

Vayroli não quer dizer apenas relâmpago, sendo também o nome de um percurso nervoso (Nadi) que se encontra no Chakra Svadhishthana, no centro sexual. Certas escolas tântricas combinaram esta Mudrā com práticas sexuais para acelerar a ascensão da Kundalini. A idéia básica aqui era a necessidade de se conseguir simultaneamente a imobilidade da respiração, do pensamento e do sêmen. O Hatha-Yoga Pradipika afirma que, através da Vayroli-Mudrā, o sêmen "não cai". O iogue, portanto, precisa aprender a dominar a respiração antes de alcançar a "imortalidade". Há duas formas de execução, uma para principiantes e uma que só pode ser praticada com um mestre experiente e que, portanto, não é mencionada aqui.

Execução

- Sente-se em postura de meditação e apóie as mãos sobre os joelhos em Chin ou Jnana-Mudrā.

- Feche os olhos e relaxe-se por um momento.
- Force o ventre para dentro a ponto de contrair os órgãos sexuais, como se quisesse conter a urina. Nos homens, os testículos erguem-se um pouco; nas mulheres, a vagina.
- Permaneça por alguns segundos nesta postura e então torne a relaxar-se.
- Durante a execução, concentre-se sempre no Chakra Svadhishthana.

Efeito

Através da prática desta postura, o iogue consegue sublimar suas energias sexuais, substituindo-as pelo despertar de energias espirituais.

As Banchas (Bloqueio, Contração)

Como a prática das Mudrās não pode ser separada daquela das Bandhas, descrevemos a seguir as três Bandhas que estão sempre ligadas às Mudrās.

Jalandhara-Bandha, o Fechamento pelo Queixo

Bandha significa ao mesmo tempo segurar, conter, ligar e recolher. No Hatha-Yoga, Bandha significa a contração dos músculos para influenciar a circulação do sangue, as glândulas endócrinas e o sistema nervoso. Com o auxílio das Bandhas, os iogues querem despertar energias sutis. Jala significa rede e Jalandhara-Bandha quer dizer algo como o fechamento da rede. Jalandhara já é mencionada nos Upanishades para despertar a Kundalini. Esta técnica deve proporcionar uma vida longa e saudável.

Execução
- Sente-se em postura de meditação e apóie as mãos sobre os joelhos.
- Relaxe todo o corpo e feche os olhos.
- Inspire profundamente e coloque o queixo entre a clavícula e a ponta do externo.

– Tensione bem os cotovelos, as palmas das mãos permanecem apoiadas sobre os joelhos. Permaneça nessa postura até que se torne desconfortável.
– Desfaça a Mudrã erguendo a cabeça e expirando profundamente.

Uddiyana-Bandha, a Contração do Ventre

Execução
– Sente-se em postura de meditação.
– Relaxe o corpo e feche os olhos.
– Expire com toda a força e contenha a respiração.
– Execute Jalandhara-Bandha.
– Contraia totalmente a musculatura da cintura.
– Deixe o tórax assumir novamente sua posição normal e inspire profundamente para que o ar possa penetrar de novo nos pulmões.

Mula-Bandha, a Tranca de Muladharachakra

Execução
– Sente-se em postura de meditação e apóie as mãos sobre os joelhos.
– Relaxe o corpo e feche os olhos.
– Inspire profundamente, retenha a respiração e execute Jalandhara-Bandha.
– Contraia então o esfíncter externo e interno do ânus.
– Permaneça nesta posição até que se torne desconfortável.
– Torne a relaxar todas as partes do corpo.

Maha-Bandha, a Grande Tranca

Execução
– Sente-se em postura de meditação.
– Expire profundamente.

– Execute primeiro Jalandhara-Bandha, em seguida Uddiyana--Bandha e finalmente Mula-Bandha.
– Concentre-se em cada um dos Chakras e recite-os mentalmente.
– Permaneça por um momento nesta postura.
– Solte primeiro Mula-Bandha, em seguida Uddhyana-Bandha e, para finalizar, Jalandhara-Bandha.

Pashini-Mudrā,
a Mudrā Dobrada

Execução
– Deite-se de costas e erga as pernas tão lenta e relaxadamente quanto possível até a posição vertical. Então as coxas são puxadas até ficarem tão próximas quanto possível do peito e a coluna rola ainda mais para trás, levando-se os joelhos até o rosto. Os dedos dos pés tocam o chão.
– Agora dobre os joelhos e apóie-se à direita e à esquerda próximo às orelhas. Os dois joelhos devem continuar pressionando o chão e as orelhas.
– Agora abrace as coxas com ambos os braços.
– Respire lenta e profundamente.
– Concentre-se no Chakra Manipura, o centro na região do umbigo.
– Permaneça nessa posição tanto quanto possível.

Efeito
A Pashini-Mudrā acalma o sistema nervoso e introduz Pratyahara (recolhimento da atividade dos sentidos do mundo exterior). Ela reforça toda a coluna vertebral e o cinturão muscular do baixo-ventre, regula a glândula tireóide, influencia o baço e as glândulas sexuais e acarreta uma melhor irrigação sangüínea do cérebro.

Ashwini-Mudrā, a Mudrā da Égua

Ashwini quer dizer "égua" em sânscrito, e significa a manipulação do músculo do ânus e da musculatura na região da bacia. O nome "égua" deriva dos movimentos de abrir e fechar que a égua faz com os órgãos de secreção após urinar.

Execução
– Sente-se em postura de meditação.

– Relaxe o corpo e feche os olhos.
– Respire normal e regularmente.
– Contraia o esfíncter por alguns segundos.
– Relaxe-o por um momento.
– Comece novamente – por tanto tempo quanto possível.

Concentração
– Objetivo espiritual: concentração no Chakra Muladhara.
– Objetivo físico: concentração na contração do esfíncter.

Efeito
Graças a esta Mudrā, o aluno aprende a controlar o músculo do ânus. Ashwini-Mudrā é muito útil para pessoas que sofrem de hemorróidas. Trata-se de um exercício ideal para fortalecer os órgãos excretores externos. Firmando-se esta musculatura, pode-se evitar a flacidez do reto, do útero e da vagina. Esta Mudrā é especialmente importante para futuras mães, já que atua em todo o sistema genital. Mulheres que praticam esta Mudrā costumam ter partos mais fáceis.

Khechari-Mudrā, o Fechamento da Língua

Khechari significa, em sânscrito, "flutuar pelo espaço", aludindo a que através deste exercício pode-se fazer a experiência do vazio. Trata-se de uma das técnicas mais freqüentemente utilizadas para se conter a respiração, o que é atingido através do bloqueio do nervo cavo pela extremidade da língua, que é voltada para trás contra a garganta. Por este meio, surge uma abundante secreção de saliva que é chamada de "ambrosia celeste". Ao praticar esta Mudrā, o iogue já participa da transcendência; ele prova a ambrosia celeste. Tanto Khechari como Vayroli-Mudrā têm por objetivo a imobilidade da respiração, do pensamento e do sêmen.

Há duas maneiras de executar esta Mudrā, mas como uma delas só pode ser praticada sob a supervisão de um guru, ela não é descrita aqui.

Execução
– Sente-se em postura de meditação
– Feche a boca e enrole a língua de tal modo que sua parte inferior toque o palato. Tente deslocar a ponta da língua tanto quanto possível em direção à garganta.
– É possível praticar Ujjayi Pranayama ao mesmo tempo.
– Permaneça nesta postura até que ela se torne desconfortável.
– Relaxe a língua e, após algum tempo, repita do início.

Efeito
Segundo os iogues, esta Mudrā melhora o estado geral da saúde.

Nos textos, aponta-se especialmente para o despertar das energias espirituais que esta postura deve causar.

Viparita-Karani-Mudrā,
a Mudrā Inversa

Execução

– Assuma a Viparita-Karani-Mudrā. Coloque as pernas em posição vertical e, então, erga as costas do chão. As mãos seguram os quadris, os cotovelos apóiam-se no chão e o queixo não é pressionado contra o esterno (muito importante).
– Relaxe o corpo e feche os olhos.
– Pratique Ujjayi Pranayama e Khechari-Mudrā respirando suavemente. Conscientize-se de sua respiração e concentre-se no Chakra Manipura (centro na região do umbigo), no Anahata (centro do coração) e no Chakra Vishuddha (na região do pescoço).
– Enquanto expira, continue concentrando-se no Chakra Vishuddha.
– Repita do início.

Duração

Você pode aumentar a duração progressivamente: de alguns segundos, no início, até quinze minutos.

Efeito

Segundo os iogues, esta Mudrā transforma a energia sexual em energia espiritual. Além disso, ela fortalece toda a coluna vertebral e o cinturão muscular do baixo-ventre.

Maha-Mudrā,
a Grande Luz

Nesta Mudrā, o iogue pode fazer a experiência da unidade da consciência individual com a cósmica. A grande luz simboliza o estado

da não-dualidade (Sat-chit-ananda).

Há diversas variações para a execução desta Mudrā.

Primeira versão

– Sente-se sobre o calcanhar direito e estique a perna esquerda para a frente.
– Incline-se um pouco para a frente para segurar os dedos do pé esquerdo com ambas as mãos.
– Inspire profundamente.
– Execute Mula-Bandha e Sambhavi-Mudrā (pág. 208).
– Enquanto segura a respiração, desvie sua consciência de Muladhara para Ajna Chakra.
– Expire então longamente. Permaneça na mesma posição, sente-se sobre o calcanhar esquerdo e estique a perna direita para a frente.
– Reinicie a execução da Mudrā.

Segunda versão

– Sente-se no chão com as pernas esticadas. Coloque o pé direito sobre a coxa esquerda.
– Inspire profundamente.
– Ao expirar, incline a testa primeiro contra o joelho e, então, em direção aos pés até onde for possível. O corpo se dobra como um canivete.

– Estique as mãos para a frente e coloque-as próximas ou adiante de seus pés.
– Execute Mula Bandha e permaneça por um momento nesta postura.
– Relaxe os braços e torne a erguê-los lentamente.
– Agora coloque o pé direito sobre a coxa esquerda e repita esta Mudrā.

Duração

De três a cinco vezes com cada perna.

Efeito

A coluna e a musculatura da cintura são fortalecidas, os músculos e tendões das pernas e o tecido nervoso são estirados, o pâncreas, os rins, o fígado e a bexiga são estimulados, a figura torna-se mais graciosa, pois os depósitos de gordura na cintura e nas cadeiras desaparecem.

Maha-Bheda-Mudrā

Execução

- Sente-se sobre o calcanhar direito e estique a perna esquerda para a frente.
- Incline-se um pouco para a frente para segurar os dedos do pé esquerdo com ambas as mãos.
- Inspire profundamente; em seguida, expire profundamente e retenha a respiração.
- Execute Jalandhara-Bandha, em seguida Mula-Bandha e, finalmente, Uddyana-Bandha.
- Fixe o olhar na ponta do nariz.
- Concentre-se primeiro no Chakra Muladhara, em seguida em Manipura e, por fim, em Vishuddha. Faça um intervalo entre cada um dos Chakras.
- Relaxe primeiro Uddyana-Bandha, depois Mula-Bandha e, finalmente, Jalandhara-Bandha.
- Inspire lenta e profundamente.

Efeito

- Maha-Bheda é uma Mudrā muito eficiente que estimula a energia psíquica em todo o organismo.

Naumukhi-Mudrā, a Mudrā das Nove Aberturas

Há nove orifícios no corpo que nos ligam ao mundo exterior: dois ouvidos, dois olhos, duas narinas, a boca, o ânus e o orifício urinário. Segundo a opinião dos iogues, é possível abrir a décima porta, a da espiritualidade, quando fechamos estas nove aberturas corporais. Esta décima porta, mística, encontra-se no alto da cabeça no Chakra Sahasrara, o assento da suprema consciência.

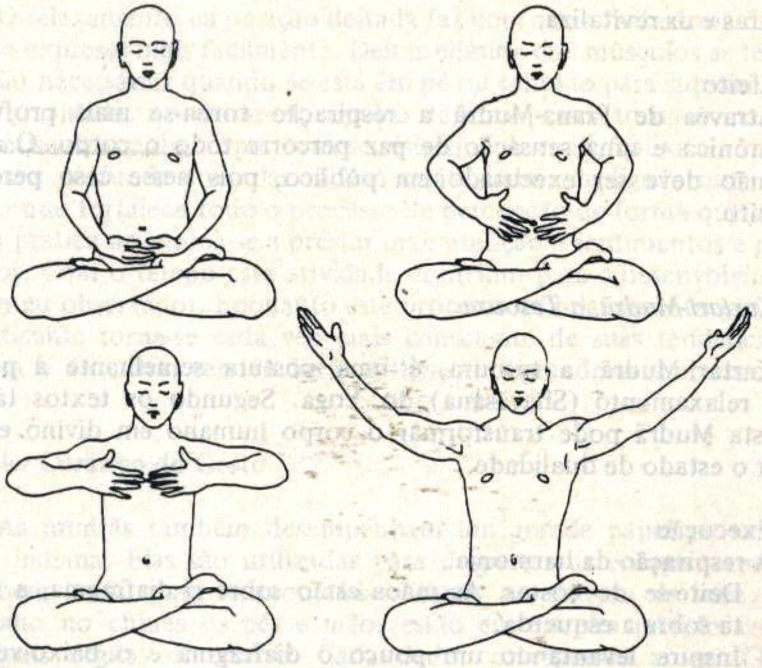
Execução

- Sente-se em postura de meditação e relaxe todo o corpo.
- Inspire lenta e profundamente.
- Ao mesmo tempo, sinta como sua respiração e sua consciência sobem de um Chakra para outro. Concentre-se em cada um dos Chakras: Muladhara, Svadhishthana, Manipura, Anahata, Vishudda, Ajna e, finalmente, Sahasrara.

– Retenha o ar e execute ao mesmo tempo Yoni-Mudrā (ver pág. 213), Mula-Bandha e Vajroli-Mudrā.
– Concentre-se no Chakra Sahasrara e segure a respiração pelo tempo que lhe for possível.
– Relaxe então as narinas e expire.
– Enquanto expira relaxe igualmente Mula-Bandha e Vajroli-Mudrā, mas deixe as mãos em Yoni-Mudrā.
– Continue concentrando-se em Sahasrara-Chakra. Relaxe então o rosto, as mãos e todo o corpo.

Duração
De acordo com as possibilidades pessoais.

Efeito
Esta Mudrā atua da mesma maneira que a Yoni-Mudrā, sendo entretanto mais intensa, já que é acompanhada por Mula-Bandha.



Prana-Mudrā ou Shanti-Mudrā, a Mudrā da Paz

Execução
– Sente-se em postura de meditação, feche os olhos e coloque as costas das mãos no colo.
– Expire profundamente, de forma que o último resto de ar seja expelido. Execute Mula-Bandha e concentre-se no Chakra Muladhara. Segure a respiração.

- Relaxe um pouco o diafragma e Mula-Bandha inspirando e coloque as mãos na região do umbigo. Assim que o ventre estiver cheio com a respiração, eleve os dedos até a região do coração (Chakra Anahata).
- As mãos se deslocam da região do coração para o pescoço (Vishuddha), e sentem a respiração nesta região.
- As mãos se deslocam mais para cima até o rosto e se afastam uma da outra até que os braços estejam bem abertos. Concentre-se no Chakra Sahasrara. Retenha a respiração até que se torne desconfortável.
- Expire então longamente e sinta o ar, ou seja, a energia prânica em cada um dos Chakras. Ao término da expiração, coloque as mãos no colo e concentre-se em Mula-Bandha. Relaxe então todo o corpo e respire longa e regularmente.

Concentração

Concentra-se com toda a força no plexo solar e imagina-se que uma corrente de Prana vem dos dedos, penetra em todos os órgãos e Chakras e os revitaliza.

Efeito

Através de Prana-Mudrā a respiração torna-se mais profunda e harmônica e uma sensação de paz percorre todo o corpo. O exercício não deve ser executado em público, pois nesse caso perderia seu efeito.

Kartari-Mudrā, a Tesoura

Kartari-Mudrā, a tesoura, é uma postura semelhante à postura de relaxamento (Shavāsana) do Yoga. Segundo os textos tântricos, esta Mudrā pode transformar o corpo humano em divino e suspender o estado de dualidade.

Execução

A respiração da harmonia.
- Deite-se de costas. As mãos estão sobre o diafragma, a direita sobre a esquerda.
- Inspire levantando um pouco o diafragma e o baixo-ventre. Acompanhe o movimento da barriga com as mãos.
- Assim que a barriga estiver totalmente abaulada para fora, expanda o lombo com as costelas e deixe o ar inundar os pulmões. As mãos apóiam-se nas costelas.
- Estando as costelas distendidas ao máximo, erga as clavículas para permitir a entrada de mais ar ainda. Também aqui sinta com as mãos como a região acima do peito se ergue.
- Respire lentamente e repita essa respiração várias vezes.

– Inspire lentamente pelo nariz. Concentre-se na região do umbigo (Manipura Chakra) e sinta sua respiração nessa região. Concentre-se um pouco no respirar e sinta como você é levado cada vez mais pela sua respiração. Você não respira mais, mas "é respirado".
– Assim que lhe ocorra um pensamento, tente soltá-lo junto com a expiração, como se ele fosse afundar em águas profundas.
– Solte cada vez mais todas as tensões. Sinta se todas as partes do corpo e músculos estão totalmente relaxados.
– Sinta como seu corpo se torna cada vez mais pesado, como se fosse afundar no chão.
– Você está pesado, quente, totalmente relaxado.
– Desfrute o estado de calma e de paz.

Duração
De cinco a trinta minutos.

Efeito
O relaxamento na posição deitada faz com que a "sabedoria do corpo" se expresse mais facilmente. Deitar elimina dos músculos as tensões que são necessárias quando se está em pé ou sentado para superar a força da gravidade. Ao deitar-se, o pulso de uma pessoa torna-se mais lento, a musculatura do corpo torna-se visivelmente mais frouxa e a respiração mais profunda e regular. A isso está usualmente ligado um relaxamento que fortalece todo o processo de percepção de forma que aquele que o pratica acostuma-se a prestar mais atenção a sentimentos e pensamentos. Com o tempo esta atividade contribui para o desenvolvimento de um eu observador. Enquanto este processo de relaxamento progride, o praticante torna-se cada vez mais consciente de suas tendências de censura e de outras tendências restritivas, integrando-as em seu corpo.

O Poder Curativo do Gesto

As mudrās também desempenham um grande papel na arte curativa indiana. Elas são utilizadas para despertar as energias nos Chakras bem como para harmonizá-las. Tanto no sistema de cura indiano como no chinês os pés e mãos estão em estreita relação com os principais órgãos do corpo. Cada dedo corresponde a um Chakra especial e a um dos cinco elementos cósmicos:

Dedo	*Chakra*	*Elemento*
Polegar	Manipura	Fogo
Indicador	Anahata	Ar
Médio	Vishuddha	Espaço
Anular	Muladhara	Terra
Mínimo	Svadishthana	Água

Segundo a filosofia tântrica, existem na pessoa centros de lótus redondos, ordenados horizontalmente, que como pontos de passagem têm grande significado para os percursos nervosos (Nadis). Na literatura tântrica, os dois Nadis mais importantes são chamados de Pingala e Ida, que saem da entrada do nariz e seguem ao longo da coluna vertebral. Pingala inicia-se na narina direita, que está ligada à energia solar, e Ida na esquerda, que está ligada à energia da lua.

O praticante do Tantra tem por objetivo unificar as duas energias que fluem dos Nadis laterais, que em Sushumna, um canal oco na coluna vertebral, fundem-se com a energia do fogo do ardor da Kundalini. O caminho tântrico para a união dos opostos consiste em despertar e ativar a Kundalini (energia da serpente), a energia primordial representada simbolicamente pela serpente enrolada no Chakra inferior. Os Chakras, como os Nadis, encontram-se igualmente ao longo da coluna vertebral e lá são centrados pelos Nadis. Eles são representados ascendentemente como flores de lótus com um número crescente de pétalas (quatro, seis, dez, doze, dezesseis, duas e, finalmente, mil). De acordo com os textos tântricos, o lótus de mil pétalas encontra-se fora do corpo, sobre o alto da cabeça, e simboliza o passo rumo à consciência cósmica, na qual a dualidade é suspensa.

O caminho ascendente da Kundalini através de cada Chakra deveria levar a uma maior liberdade, que está na união dos contrários e, com isso, em sua suspensão. A ascensão da Kundalini produz uma dinamização das energias e potenciais psíquicos e uma transformação das energias e impulsos físicos ligados à terra em energias espirituais. O Yoga-Kundalini quer tornar aquele que medita consciente de suas energias físicas e psíquicas, transformá-lo e elevá-lo a um estágio mais alto da existência consciente, que não mais se caracteriza por uma ligação com o mundo objetivo.

Os tântricos atribuem propriedades fisiológicas e psicológicas específicas a cada Chakra. Assim, o *Muladhara Chakra*, localizado na base da coluna vertebral, simboliza a vida em seu estado primordial. Neste Chakra fica a chance da vida consciente que, partindo daí, aspira a uma elevação consciente rumo ao espiritual.

O *Svadhishthana*, localizado no início dos órgãos sexuais, é a sede do inconsciente. Ele cuida da digestão e da excreção dos alimentos, e também da eliminação de venenos psíquicos.

A ativação de *Manipura*, localizado à altura do umbigo, provoca uma melhoria na absorção de energia e da disponibilidade de energia através de uma melhor digestão. Através de uma melhor "digestão" daquilo que age sobre o corpo e o espírito a partir de fora, a pessoa tem mais chances de permanecer saudável.

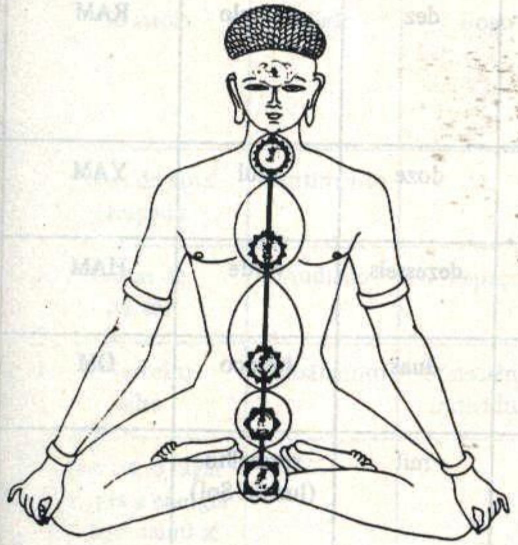
Os tibetanos consideram este Chakra, o lótus do fogo, o local de transformação das energias. Os cinco venenos espirituais, incons-

ciência, ira, orgulho, paixão e ódio, são transformados aqui nas sabedorias dos cinco Budas transcendentes.

O *Anahata Chakra*, o centro do coração, estabelece a ligação com todo o organismo e o supre de alimento. Através deste sistema de comunicação, as funções orgânicas ligam-se umas às outras. As capacidades de contato, de acesso e amor de pessoa para pessoa também estão localizadas neste centro. O Anahata Chakra forma o plano da compreensão e da integração, do encontro e da comunicação. Como órgão do sentimento espiritualizado, este centro do coração agrega a energia da inspiração.

O *Vishuddha Chakra*, que fica na região do pescoço, é considerado o Chakra da expressão. Neste Chakra, que corresponde ao sistema respiratório (*Plexus cervicus*), a energia do Prana ganha expressão através da linguagem. Quando respiração e som fluem sem obstáculos, a pessoa encontra-se em ligação com o cósmico. A pessoa se revela na voz e na respiração. No total exalar da respiração mostra-se a confiança na vida. A respiração é contida pela pessoa que desconfia de si mesma e da vida. Uma pessoa limitada na expressão e na respiração está seccionada de seu ser. O Vishuddha Chakra, entretanto, regula não apenas a manifestação sonora, mas também a mímica e a gestualidade.

O *Ajna Chakra*, localizado entre as sobrancelhas, é considerado a sede da intuição, que nos transmite o conhecimento do mundo espiritual com sua ilimitação. Simbolizado pelas duas pétalas, ele reflete no brilho da meditação perfeita uma disposição do espírito que, desprendida dos cinco elementos, está perfeitamente livre de todas as restrições dos sentidos.



Os sete chakras

O lótus de mil pétalas (Sahasrara) encontra-se fora do corpo terreno, sobre a abóbada craniana, e controla a consciência cósmica, em que a limitada consciência do eu é suspensa e onde ocorre a fusão dos contrários. Neste Chakra, chega-se a uma centralização do ser, através da qual a consciência é libertada de suas limitações.

Através da visualização dos Chakras individuais, a atenção é desviada para as regiões do corpo especialmente sensíveis, e desejos considerados a energia impulsora do universo são lá percebidos com especial intensidade. Segundo o ponto de vista do tantrismo, nossos desejos estão diretamente condicionados aos seis centros psíquicos. Ao mover-se por cada Chakra, a energia cósmica (a Kundalini)

Os Sete Chakras

Chakra	*Localização*	*Número de pétalas*	*Cor*	*Mantra*
Muladhara	Na base da coluna vertebral, entre o ânus e os órgãos sexuais	quatro	vermelho	LAM
Svadhi-shthana	Na base do órgão reprodutor masculino	seis	azul	VAM
Manipura	À altura do umbigo	dez	amarelo	RAM
Anahata	Na região do coração	doze	azul	YAM
Vishuddha	Na região do pescoço	dezesseis	verde	HAM
Ajna	Entre as sobrancelhas	duas	branco	OM
Sahasrara	Acima da cabeça	mil	vermelho (luz do Sol)	

excita os desejos adormecidos que correspondem a um Chakra específico. O tântrico tem consciência de que todos os desejos são algo natural, sendo criados por estarem presos a excitações sensuais. Os desejos ativam a excreção de hormônios pelas glândulas endócrinas. Quando reprimidos, ocorre uma concentração dessas substâncias no sangue, causando um desequilíbrio químico do corpo e com isso a doença. Embora o tântrico saiba que o ser humano, que está sempre procurando satisfazer seus desejos, possa facilmente tornar-se escravo deles e cair em solidão, intranqüilidade, excitação, ira, insatisfação e estados semelhantes, ele não exige de seu aluno nenhuma repressão ou deslocamento de desejos.

Símbolos	*Sentido*	*Elementos*	*Planeta*	*Desejos*
Uma serpente enrolada ou um triângulo vermelho	**Olfato**	**Terra**	**Lua**	**Bem-estar físico, necessidades biológicas básicas**
A lua crescente	**Paladar**	**Água**	**Mercúrio**	**Impulso sexual, fantasia**
Girassóis	**Visão**	**Fogo**	**Vênus**	**Imortalidade, longevidade, fama, poder, posses**
A luz de uma lâmpada	**Sentimento**	**Ar**	**Sol**	**Amor, entrega**
Gotas de néctar	**Audição**	**Espaço**	**Marte**	**Compaixão**
O terceiro olho	**Pensamento**	**Consciência individual**	**Júpiter**	**Saber**
Chamas, o lugar em que a energia de Kundalini se une a Shiva			**Saturno**	**Auto-realização, iluminação**

Ao contrário de outras disciplinas espirituais, que procuram evitar os desejos por considerá-los prisões e obstáculos negativos no caminho para uma consciência superior, no tantrismo procede-se a um aprimoramento e transcendência dos desejos. Ao tentar clarear e aprimorar seus desejos através das práticas tântricas, o praticante pode dissipar tensões, estabelecer em si a paz e a harmonia e, finalmente, alcançar um estado superior de consciência. Através da ascensão da Kundalini, que se movimenta para cima através dos vários Chakras, chega-se a uma harmonização de todos os centros uns com os outros e à transcendência dos desejos.

A probabilidade de que aquele que medita alcance o estado desejado de paz e harmonia através da visualização dos Chakras é aumentada pelo canto dos mantras. Aos seis Chakras do corpo acrescentam-se diversos mantras através dos quais as correntes de energia são postas em movimento e os centros psíquicos despertados.

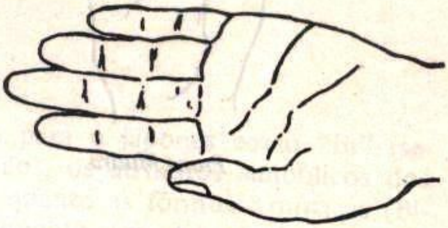
O mau funcionamento de um Chakra pode levar a perturbações anímicas e corporais típicas:

> O primeiro Chakra, Muladhara, é perturbado quando as concepções sexuais do indivíduo são defeituosas ou limitadas. A sexualidade reprimida e o puritanismo podem atrapalhar este Chakra da mesma maneira que a promiscuidade. A prisão de ventre é uma das perturbações físicas relacionadas com Muladhara.
>
> O Chakra Svadhishthana é sobrecarregado quando as ações da pessoa são dominadas pelo seu eu. Pensar demais, planejar demais e assim por diante confunde este Chakra e causa o diabetes e dores na região lombar. Perversões sexuais também podem destruir este Chakra. Manipura é desgastado pelo uso de álcool e pelas drogas. Ele também é influenciado por erros relacionados com dinheiro e por uma vida de dissipação. Por uma sobrecarga de Manipura surgem, mais que em qualquer outra parte, problemas com o fígado.
>
> O Chakra Anahata é perturbado do lado direito por problemas emocionais relacionados com o pai e, do lado esquerdo, por problemas semelhantes relacionados com a mãe... Lesões exageradas em Anahata levam a problemas do coração e ao câncer dos pulmões.
>
> Vishuddha é perturbado pela falta de auto-estima, pela autonegação e pelo fato de dominar outras pessoas ou ser por elas dominado. Os sintomas físicos de um Chakra Vishuddha afetado são dores de garganta ou de ouvido. Sendo a porta de entrada de Sahasrara, Ajna é um centro especialmente sensível. Ele é afetado pelo uso "errado" dos olhos, por uma atenção que se desloca incessantemente e por pensamentos erráticos... Sensações de ardor na testa e dores de cabeça lancinantes são a expressão física de um Ajna perturbado.[71]

Antes de iniciar o tratamento do Chakra, o curandeiro tântrico corrobora seu diagnóstico com o comportamento externo visível

71. Citado por Kakar, pp. 211, 212.

do paciente, os pensamentos e idéias que ele expressa e sua perturbação específica de comportamento. O mau funcionamento de um Chakra pode ser determinado por um método direto, quando o terapeuta o apalpa. Uma sensação de ardor no polegar direito do terapeuta, por exemplo, indica que o lado direito do Chakra Svadhishthana de seu paciente está afetado devido a um esforço físico ou espiritual excessivo.



Mudrās e Chakras

A harmonização dos Chakras individuais é conseguida tocando-se os diversos dedos com o polegar. Quando o polegar toca o dedo mínimo, devolve-se ao corpo o elemento água. A falta desse elemento evidencia-se pela boca seca, pelos olhos vermelhos e secos e pelo mau funcionamento dos rins. Além disso, o sentido do paladar é estimulado por esta Mudrā.

Na Mudrā que estimula o Chakra Muladhara, o dedo anular toca o polegar. Esta Mudrā fortalece as unhas, os cabelos, os músculos, os ossos, revigora a pele e desenvolve o sentido do olfato. Shunya-Mudrā, em que o dedo médio toca o polegar, estimula a audição. Os indianos dizem que a surdez pode ser curada com a ajuda desta Mudrā.

Quando o polegar toca o dedo indicador (Jnana-Mudrā), são estimuladas as energias vitais, o sentido do tato, o sistema nervoso e o cérebro. Diz-se que, através da prática regular desta Mudrā, pode-se curar a insônia, a falta de memória e a depressão. Jnana-Mudrā aumenta a inteligência e abre novos horizontes espirituais.

Prana e Apana-Mudrā

Quando o polegar da mão direita toca o da esquerda (Mudrā da meditação) o calor do corpo aumenta, o mesmo acontecendo com o apetite. As duas Mudrās estimulam o Chakra do coração e atuam positivamente no estado geral da saúde. Prana é a energia cósmica

Prana Mudrā

Apana Mudrā

que vivifica o organismo. Tudo o que se move no universo é manifestação do Prana. Prana está no ar, na água, no alimento; ele preenche todo o Universo. A pele, a língua, o nariz e os pulmões são órgãos importantes para a absorção de Prana. Entretanto, não basta apenas assimilar energia; é preciso eliminá-la. Essa eliminação é garantida por Apana. Apana estimula os rins, esvazia a bexiga, coloca em andamento o processo de menstruação e elimina o excesso de água no corpo na forma de suor. Um funcionamento equilibrado de Prana e de Apana normaliza a saúde.

Regras

- Cada Mudrā pode ser praticada por até 45 minutos.
- O praticante pode escolher tanto a postura de meditação quanto uma posição deitada.
- Deve haver um intervalo de cinco horas entre a execução de duas Mudrās.

Capítulo 6

AS MUDRĀS NO BUDISMO JAPONÊS

As Mudrās, que são traduzidas para o japonês como "In" (selo), incluem tanto os gestos das mãos, os atributos simbólicos dos Budas bem como dos Bodhisattvas, quanto as fórmulas místicas (Bijas) que acompanham os ritos. Enquanto em cada uma das seitas japonesas, tais como Tendai, Zen, Jodo e Shin, as Mudrās são utilizadas principalmente na iconografia como símbolos metafísicos, a seita Shingon também emprega incontáveis Mudrās em seu ritual para ligar os crentes com o mundo divino.

A descrição desses gestos rituais, que estabelecem um elo de ligação entre os crentes e o mundo divino, apareceu pela primeira vez no ocidente em 1899 numa tradução francesa sob o título SI-DO-IN-DZOU. Como esses gestos estivessem submetidos ao mais rigoroso segredo, o tradutor referiu-se unicamente aos trechos que, à seu ver, poderiam ser acessíveis ao público.

A doutrina da seita shingon está baseada no tantrismo de direita, que consiste na sublimação das paixões e não acredita que estas possam servir de veículo para a libertação em sua forma direta. Para representar iconograficamente os princípios masculino e feminino, a seita tântrica shingon tampouco utiliza, como outras escolas tântricas, aquele simbolismo erótico através do qual a sublime união é expressa da forma mais evidente, e sim duas Mandalas: a Mandala do Colo Materno (Garbha-Dhatu) e a Mandala do Diamante (Vajra-Dhatu). O princípio masculino e o feminino são também simbolizados pelas duas mãos, cuja união representa a unidade entre o elemento feminino passivo do colo materno com o elemento masculino ativo de diamante.

O Budismo no Japão

A partir da Índia Ocidental, algumas décadas após o período de transição, o budismo chegou à China. Segundo uma tradição, o budismo teria sido introduzido na China pelo imperador Ming-ti que, impressionado com um sonho no qual vira uma estátua dourada do

Buda flutuando acima de seu palácio, trouxe monges budistas a seu país; apesar de perseguições temporárias, seu número multiplicou-se constantemente. Ao mesmo tempo, sacerdotes budistas começaram a viajar da China para a Índia. Iniciou-se um animado intercâmbio entre esses dois países. Durante um longo período, os principais representantes do budismo chinês foram indianos, que traduziram as obras sânscritas para o chinês. Muitos mestres budistas, tais como o conhecido Bodhidharma, que chegou a Cantão por mar no ano de 526, estabeleceram-se na China para difundir a doutrina budista.

Ao Japão, "o império do sol nascente", o budismo chegou em 552 vindo da Coréia. O rei do estado do sudeste, Pakchen, enviou uma legação ao imperador do Japão com presentes, entre eles imagens e livros budistas. Muitos japoneses para os quais a filosofia budista era praticamente indiferente, deslumbraram-se com os tesouros artísticos, as roupas suntuosas, os gongos, os tambores e o incenso trazidos ao país pelos budistas. Famílias abastadas competiam entre si na decoração de templos.

Se originalmente o budismo era a crença apenas da corte imperial e do círculo mais alto da sociedade, ao longo dos séculos ele se firmou nas camadas mais humildes do povo. Teólogos engenhosos afinaram a religião nativa do Japão, o shintoísmo, com o budismo.

O monge budista Gyogi, um clérigo ativo e influente, deu no ano de 740 um passo decisivo para a conciliação das duas religiões. Uma lenda narra que, para saber se convinha ao imperador mandar erigir uma estátua de Buda, ele viajou para Ise, onde ficava o templo da suprema divindade Shinto, a deusa do sol, para pedir a ela sua opinião. Sete dias e sete noites ele orou à sua pòrta para obter uma resposta. As duas religiões, segundo ela disse, não passariam de formas diferentes da crença. Por essa razão, não havia nada contra a idéia de o imperador, sucessor dela, mandar erguer uma estátua do Buda.

As pessoas comuns, sobretudo nas províncias, podiam continuar adorando seus deuses da natureza para garantir boas colheitas e afastar epidemias e outras desgraças. Com a aceitação das divindades chinesas e shintoístas, o panteão de Budas e Bodhisattvas foi consideravelmente ampliado. Muito gradualmente as duas religiões, diferentes entre si, fundiram-se numa religião principal. Comunicados rituais do imperador continham tanto elementos do budismo como traços da religião shinto. Com a exceção de alguns casos, praticamente não houve no Japão conflitos religiosos entre o budismo que se infiltrava e o shintoísmo nativo. Muito diferente da China, onde havia antagonismo entre o confucionismo e o budismo, a crença do Buda, que se adaptava muito ao caráter do povo japonês e estabeleceu uma ligação com o shintoísmo, pôde se fixar muito mais profundamente na consciência dos japoneses.

A natureza das seitas do Japão tem um significado extraordinário. Pelo número de seus templos, a seita zen e suas subseitas é a maior. Ao que se diz, o zen (meditação) foi fundado na Índia por

Bodhidharma, que passou nove anos em meditação observando uma parede nua. Uma lenda diz que o sono o perturbava em suas longas meditações e que ele, para eliminá-lo, cortou suas pálpebras e as atirou ao chão. Lá elas criaram raízes e transformaram-se em plantas de chá, cujo consumo o mantinha desperto em seus exercícios de meditação.

A escola zen (escola da meditação) fundada posteriormente na China veio para o Japão no século VII e exerceu grande influência na literatura e na arte. Enquanto a maior parte das correntes budistas ensina que a iluminação deve ser merecida através de muito trabalho, estudo, orações e uma vida santa, o zen ensina a possibilidade da iluminação instantânea como resultado de uma intensa concentração espiritual e corporal. Se o zen-budismo praticamente não conseguiu adeptos no povo comum, ele ganhou influência sobre os guerreiros nobres, que tinham atrás de si um rígido treinamento físico e espiritual. A disciplina exigida pelos mestres zen correspondia à sua postura diante da vida, à lei da obediência incondicional sobre a qual se apoiava a estrutura da sociedade feudal.

A seita shingon derivou da escola Mantra (Mi-tsung) chinesa, do tantrismo de direita. Esta doutrina veio para o Japão por volta do ano 800 depois de Cristo com Kukai, também conhecido pelo nome de Kobo Daichi, e hoje é conhecida pelo nome de shingon. Kukai foi o primeiro a divulgar no Japão que, pela graça de Mahavairochana, considerado manifestação do Buda histórico, qualquer um poderia realizar em si a natureza do Buda. Os pensamentos religiosos de Kukai exerceram grande influência sobre todas as seitas japonesas existentes. O fundador da seita tendai teria inclusive sido iniciado pelo próprio Kukai nos segredos do budismo esotérico.

A escola Tendai, fundada no ano de 767 por Dengyo Daishi, tentou levar em consideração igualmente os diferentes caminhos de salvação tais como a meditação, o estudo das escrituras sagradas e o culto.

Para a seita Jodo, fundada por Enko Daishi em 1175, o Buda Amitabha, chamado de Amida no Japão, é, como senhor do paraíso ocidental, o agente da libertação. Em Amida, o Buda bondoso e misericordioso, as pessoas do Japão encontraram alguém divino e amoroso que as consolasse.

A escola Shin, fundada em 1224 por Shinran Shonins, um dos monges que abandonaram a seita tendai, anunciava igualmente a crença e a clemência do Buda Amida. Ela acreditava que o melhor caminho para uma pessoa renascer no país puro de Amida era a constante repetição piedosa das palavras "Namu Amida Batsu" (Honra seja feita a Amida Buda). Os piedosos crentes que chamam pelo seu nome serão bem-vindos no "paraíso do Ocidente".

Nichiren (1212-1282), que fundou a escola do "Lótus da Boa Lei", ensinava que a verdade encontra-se única e exclusivamente no Sutra do lótus, um antigo texto budista escrito na Índia. Segundo

ele, o reconhecimento da identidade do mundo e do ser individual como o Buda eterno é a condição prévia para a libertação.

As Mãos como Símbolo do Cosmos

A Linguagem dos Símbolos

Os adeptos do budismo esotérico são da opinião de que os ensinamentos secretos não podem ser transmitidos unicamente no plano da linguagem verbal, e sim com a ajuda de símbolos que se remetem ao inconsciente. O Lankavatara-Sutra conta de muitos países de Buda nos quais os pensamentos do Buda eram transmitidos de outras maneiras além da verbal. Através de movimentos das mãos, de sorrisos, espirros ou da tosse, os Budas tentam transmitir seus ensinamentos "de alma para alma".

O apego às palavras e conceitos impede aquele que procura a libertação de ver diretamente na alma e realizar a natureza de Buda em si:

> . . . com os caracteres das palavras não podes apreender a suprema realidade, pois todos os objetos exteriores com suas inumeráveis características individuais são não-existentes e só aparecem diante de nós como algo revelado pelo espírito. Por isso, Mahamati, deves tentar opor-te a todos os caracteres verbais.[72] (Lankavatara Sutra)

A verdade pura e incondicional está além daquilo que pode ser dito com palavras. O próprio Gautama Buda foi considerado posteriormente pelo budismo como fundador de uma "tradição além da linguagem" esotérica. Através de uma compreensão silenciosa, sua verdade teria chegado a um discípulo e deste, através de uma cadeia ininterrupta de patriarcas, teria chegado a nós.

> Quando uma vez Bhagvad Shakyamuni, no monte Reishu, estendeu silenciosamente um ramo de flores para aqueles que se haviam reunido diante dele, ninguém podia compreender o que ele queria dizer com aquilo. Fez-se então um grande silêncio, ninguém pronunciava uma palavra ou sabia o que fazer. Somente Kasho compreendeu o que o mestre queria dizer, e sorriu.
>
> Mas Buda alegrou-se de que o sentido somente pudesse ter sido compartilhado com Kasho diretamente, isto é, de alma para alma, já que não poderia ser transmitido em palavras nem através de seus ensinamentos. . . O que aí se consuma e se quer dizer escapa a qualquer descrição e permanece fechado a todos que não se tornaram eles mesmos mestres após longa prática.[73]

72. Citado por Suzuki, p. 56.
73. Dürckheim, Karlfried von: *Wunderbare Katze*, p. 60.

O Venerável com a flor

Como a linguagem verbal pertence ao mundo relativo, com o qual não se pode apreender o mundo absoluto, os gestos místicos das mãos, cujo conteúdo significativo simbólico revela-se apenas ao iniciado, oferecem uma possibilidade de se experimentar a verdade do âmbito transcendente.

No budismo esotérico japonês, os gestos simbólicos são utilizados tanto nos rituais secretos como na iconografia como símbolos metafísicos. Enquanto as mudrās nas esculturas limitam-se a algumas poucas, nos rituais esotéricos há incontáveis gestos que são empregados pelos sacerdotes ou noviços para realizar em si a natureza de Buda.

Em japonês, mudrā é traduzido por selo (In). Assim como um selo legitima a autenticidade de um documento, a mudrā igualmente exclui qualquer possibilidade de mentira. A mudrā é um "contrato" que liga o crente ao mundo divino. "In" inclui tanto os gestos manuais utilizados como selos rituais como os atributos simbólicos dos Budas e as fórmulas místicas (Bijas) que acompanham os ritos. A mudrā, que estabelece um elo de ligação entre o adorador e o adorado, simboliza o "mundo dos Budas", que o crente pode alcançar através do ritual tântrico dos três mistérios (ação, pensamento, linguagem).

A Mão do Colo Materno e a Mão de Diamante

A doutrina shingon, a doutrina da palavra verdadeira, que chegou ao Japão em 800 d.C. com Kukai (774-835), representa os vários lados da realidade em duas mandalas: a mandala do colo materno (Garbha-Dhatu) e a mandala do diamante (Vajra-Dhatu). Semelhantemente ao Yin e Yang, a Ha e Tha, a Shiva e Shakti, a Yab e Yum, estes dois princípios mostram as duas grandes forças do universo, a energia escura e a energia clara, a positiva e a negativa, que devem permanecer em perfeito equilíbrio. As duas forças são dependentes uma da outra, e nenhuma pode existir por si mesma. Embora estes dois elementos pareçam às vezes contrários, este antagonismo é, no entanto, apenas aparente; o verdadeiro é a sua unidade harmônica.

A mandala do colo materno simboliza a razão inata, a passividade, a feminilidade, a variedade, a objetividade, a lua, o mundo tal qual é. A mandala do diamante simboliza o saber, a atividade, a criatividade, a masculinidade, a unidade, a subjetividade, o sol, o mundo tal como aparece. O Buda Mahavairochana (Dainichi) simboliza a unidade entre o elemento espiritual passivo do colo da mãe com o elemento material ativo que é o diamante.

Os princípios masculino e feminino são também representados pelas duas mãos. A mão direita simboliza o mundo do diamante (Vajra-Dhatu), o princípio masculino; e a esquerda, o mundo do colo materno (Garbha-Dhatu), o princípio feminino. Os dedos, designados como as dez rodas ou as dez flores de lótus, simbolizam os cinco Budas, os cinco elementos, os cinco fatores da existência, os cinco tipos de inteligência dos cinco Budas (Akshobhya, Ratnasambhava, Amitabha, Shakyamuni e Vairochana), os dez mundos e as dez virtudes.

Mão Esquerda	Mão Direita
Polegar Dainichi (Vairochana), o Buda do Centro, o éter, o corpo (Rupa), a inteligência universal, o mundo das pessoas, o saber.	*Polegar* Dainichi, o éter, o corpo, a inteligência universal, o mundo dos Budas, a contemplação.
Indicador Ashuku (Akshobhya), o Buda do Oriente, o ar, o sentimento (Vedana), a inteligência especular que destrói a ilusão (Maya), o mundo dos antideuses, o poder.	*Indicador* Ashuku, o ar, o sentimento, a inteligência especular, o mundo dos Bodhisattvas, o esforço.

Médio
Hosho (Ratnasambhava), o Buda do Sul, o fogo, a percepção (Samjna), a inteligência que vê a unidade na variedade e considera todos os seres vivos iguais, o mundo dos animais, o voto.

Anular
Amida (Amitabha), o Buda do Ocidente, a água, a energia impulsora (Sanskara), a inteligência observadora objetiva que está livre de qualquer subjetividade, o mundo dos espíritos famintos, o meio bem como o método.

Mínimo
Shaka (Shakyamuni), o Buda do Norte, a terra, a consciência (Vijnana), a inteligência atuante que ajuda todos os seres vivos a se iluminarem, o mundo dos seres infernais, a sabedoria.

Médio
Hosho, o fogo, a percepção, a inteligência da igualdade, o mundo dos eremitas segregados, a paciência.

Anular
Amida, a água, a energia impulsora, a inteligência observadora, o mundo dos Budas jovens, o princípio bem como a disciplina.

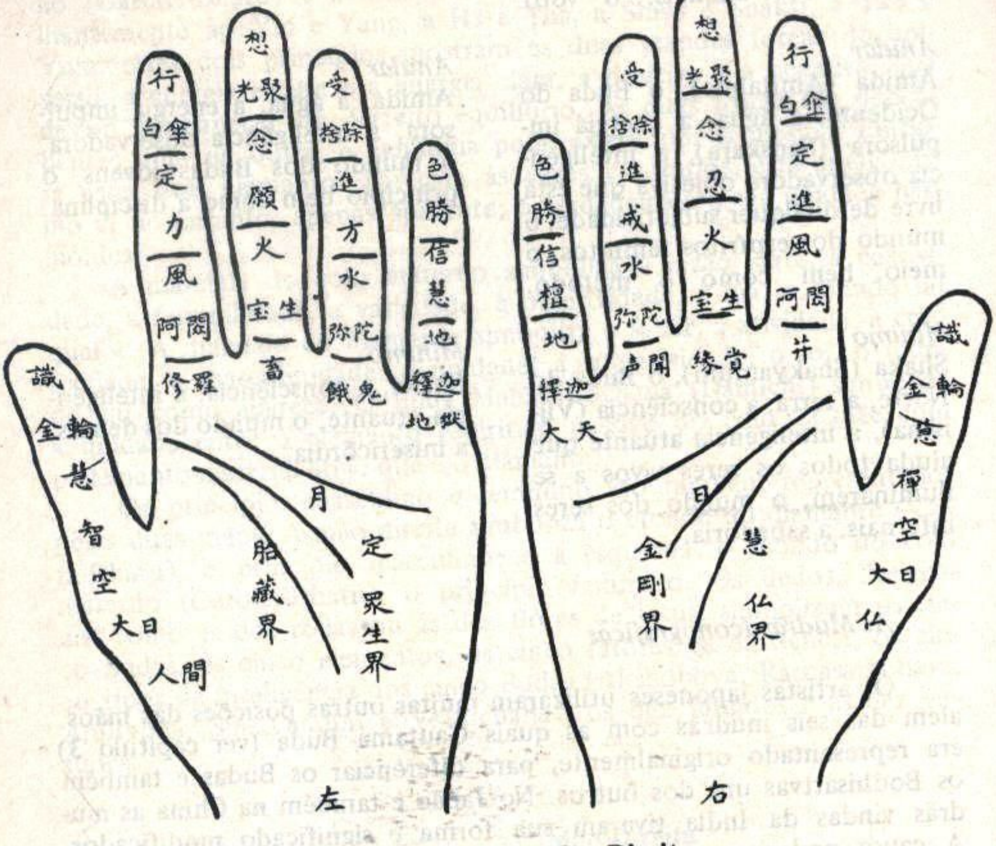
Mínimo
Shaka, a consciência, a inteligência atuante, o mundo dos deuses, a misericórdia.

As Mudrās Iconográficas

Os artistas japoneses utilizaram muitas outras posições das mãos, além das seis mudrās com as quais Gautama Buda (ver capítulo 3) era representado originalmente, para diferenciar os Budas e também os Bodhisattvas uns dos outros. No Japão e também na China as mudrās vindas da Índia tiveram sua forma e significado modificados. A causa poderia ser terem os artistas japoneses um conhecimento apenas superficial da iconografia indiana, pois faltavam-lhes os modelos para reprodução e eles conheciam menos bem os textos que estavam na base da execução dessas estátuas.

Gestos do Conhecimento (Chi-Ken-in)

O gesto em que o dedo indicador da mão esquerda (princípio feminino) é envolvido pela mão direita (princípio masculino) simboliza a superação da dualidade através da sabedoria. A fusão dos contrários no absoluto ganha expressão através da união da mão esquerda, o mundo dos seres vivos, com a mão direita, o mundo dos Budas. Os dedos da mão direita, que representam as cinco sabedo-

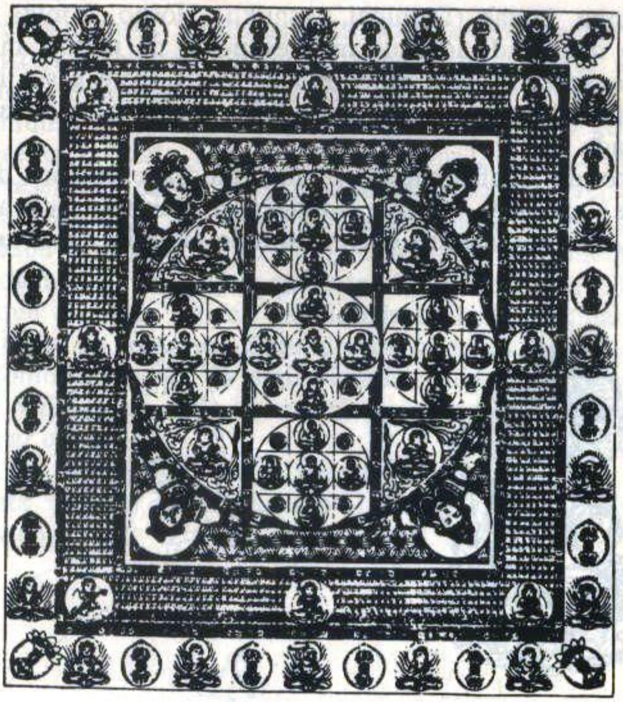


Mão Esquerda

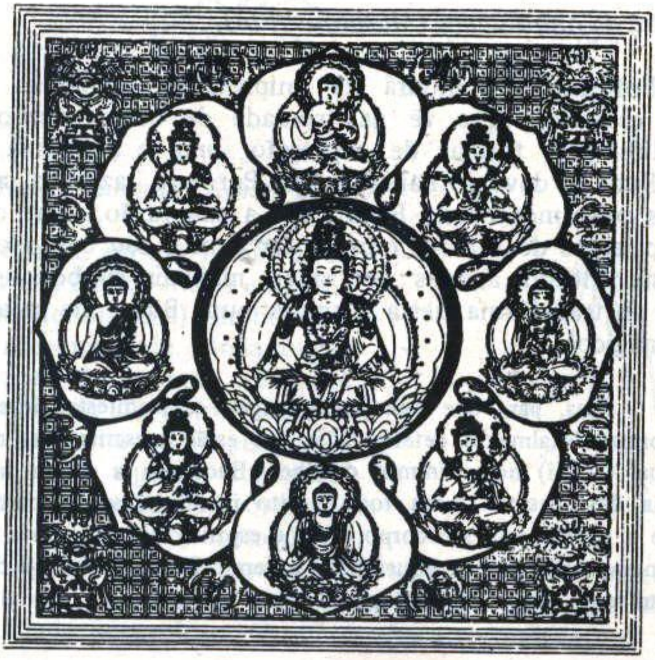
O colo materno
O mundo dos seres vivos
A lua
A razão inata
A passividade
A receptividade
A feminilidade
O mundo tal como é
A aceitação
A variedade
A objetividade
O sim

Mão Direita

O diamante
O mundo dos Budas
O sol
O conhecimento
A atividade
A criatividade
A masculinidade
O mundo tal como aparece
A não-aceitação
A unidade
A subjetividade
O não



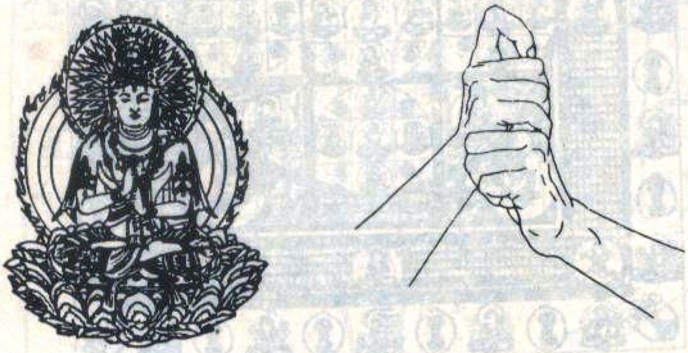
Mandala do diamante (Vajra-Dhatu)



Mandala do colo materno (Garbha-Dathu)

rias dos cinco Budas (Dainichi, Ashuku, Hosho, Amida e Shaka), envolvem o dedo indicador da mão esquerda da mesma maneira que a vida é "envolvida" pela sabedoria de Buda. Este gesto indica que, no fundo, todos trazem em si a natureza de Buda, que está além de toda dualidade.

O gesto do conhecimento é uma mudrā específica de Dainichi (Vairochana). Através de sua inteligência universal, ele reconheceu que não há diferença alguma entre o mundo material e o divino.



Dainichi

Mudrā da onipresença (Mushofushi-In)

Mushofushi-In, a mudrā da onipresença, simboliza a própria doutrina esotérica, que vê na trindade de corpo, verbo e espírito das diferentes formas de expressão uma e a mesma realidade. Tudo é Buda e deve tornar-se Buda. Por esta razão, o crente deve pensar os pensamentos de Buda com a sua razão, falar com a sua boca as palavras de Buda e representar com o seu corpo o corpo de Buda, este último através dos sinais manuais simbólicos. Quando o crente se transforma desta maneira num Buda, ele se apodera de poderes mágicos.

> Mas, para que este poder mágico se manifeste, deve-se observar formas totalmente determinadas que estão prescritas nas regras do ritual (Gi-Ki) nos mínimos detalhes. Enquanto a menor não-observância das mesmas torna todo o rito inefetivo, seguindo-as atentamente a pessoa com seu corpo, boca e espírito, torna-se Buda e, portanto, imune também a qualquer lesão externa. Por esta razão o rito chama-se também "método de proteção corporal" (Paritrana).[74]

74. Ohm, p. 239.

As três aberturas formadas pela posição dos dedos simbolizam os três mistérios (corpo, linguagem e espírito), os três aspectos inseparavelmente interligados da grande unidade.

Esta mudrã, que também é chamada de Rit-In, o gesto do Stupa*, representa o Buda Dainichi (Vairochana), que no tantrismo de direita representa a suprema divindade de todo o universo. Seu corpo, que está dividido em duas partes complementares, simboliza o elemento espiritual passivo do colo materno e o elemento material ativo do diamante. O Stupa, atributo de Vairochana, é um objeto de culto que em suas partes individuais representa uma monumental reprodução do cosmos. Segundo os adeptos da seita shingon, o Stupa, como expressão da mais elevada realidade, representa o próprio Buda Vairochana, que se manifesta nos cinco elementos (terra, água, fogo, ar e éter).

Única e exclusivamente, Dainichi (Vairochana) é representado com esta mudrã, que representa o mais elevado princípio do sistema esotérico.

Agarrar o Diamante (Kongo-gasshō)

Esta mudrã, em que a mão direita (mundo dos Budas) toca a esquerda (mundo dos fenômenos), simboliza o estado da não-dualidade. Ainda que os dois mundos não possam realmente ser separados um do outro, externamente o ignorante os experimenta sempre em seu aspecto dualístico. Pensamentos de dualidade provêm de um espírito obscurecido, cheio de ignorância. Segundo os tântricos, não há nenhuma diferença entre bem e mal, entre puro e impuro, mas unicamente a superação do dualismo e a unidade do espírito. O que conhece reconhece que não exis-

* Em sânscrito, templo budista ou relicário.